



ॐकार किमया

(भाग दुसरा)

लेखक :
स. कृ. देवधर

प्रसाद प्रकाशन

प्रकाशक :

मनोहर यशवंत जोशी, B. A., B. Com.

प्रसाद प्रकाशन

१८९२ सदाशिव पेठ, पुणे ३०.



प्रथमावृत्ति १९७५



मूल्य रु १५



मुद्रक :

पद्मश्री मुद्रणालय,

१०४० शुक्रवार पेठ, पुणे २.



क्रमबोध -

प्रकरणांक	नाव	पृष्ठांक
१	व्याप्ति आणि वेग	१
२	ॐकारांतून विश्वोत्पत्ति	४५
३	मानवी देहांतील ॐकाराचें दर्शन	७१
४	ॐकाराची सगुण साधना	१०५
५	ॐकाराची निर्गुण उपासना	१२८
६	ॐकार साधना	१४७
७	साक्षात्कार	१६९
८	लौकिकसिद्धि	१८४
९	रोगोपशम	२१३



अंतरीचे नादस्पंद

विश्वातील जीवसृष्टीची व्यवस्था लावण्याच्या निमित्ताने आमच्या पूर्वीच्या प्रज्ञावन्त ऋषींनी अनेक शास्त्रे निर्माण केली. विशेषतः मानव हा केंद्रबिंदू कल्पूनच सर्व शास्त्रांचा विचार या प्रज्ञावंतांनी केला आहे. मानवी जीवन सर्व प्रकारे समृद्ध करावयाचे असेल तर कोणत्या साधनांचा किती वेळ आणि कोणत्या प्रकारे आश्रय करावा याचा निरोगी विचार म्हणजेच प्राचीन शास्त्र होय. हे प्राचीन शास्त्र घडविणारे ऋषी दूरदृष्टीचे होते. कोणत्याही काळीं आणि कोणत्याही स्थळीं न बदलणारी गोष्ट शास्त्र म्हणून गौरविली जाते. त्यामुळे ज्या ऋषींनी या विश्वाच्या पैलूकक्षेचा विचार करून आपले मत ठामपणे बनविले आणि त्याप्रमाणे त्याचा इतरांना आश्रय करायला लावला ही गोष्ट असामान्य म्हणणेच उचित ठरेल. अशा या ऋषींचे जीवन सर्व प्रकारे समृद्ध होते. पुराणे आणि शास्त्रांचा इतिहास यांच्या आलोचनेने हे कळून येईल. प्रश्न हा आहे की, आज ज्या विज्ञान युगाचे आपण मानकरी आहोत त्यांना त्या अमोल सुखाचा लाभ झाला आहे का? फारसे शोध न त्यागता अतृप्तभरा प्रस्नेने जाणता येईल इतकी मोठी स्थलकालकथा ज्यांच्या मनीस होती ते इतके सुखी का आणि प्रत्येक सुखा-सीनता प्राप्त व्हावी म्हणून विज्ञानाच्या गोघांचा वापर करणारे आम्ही आजच्या युगातील मानव दुःखी का? असा प्रश्न सहाजिकपणे निर्माण होतो आणि सामान्य माणसाला ह्याचे उत्तर देता येत नाही. अशा वेळी उत्तराच्या दिशेने सामान्यांची घाव चालू होते. आमचे पूर्वज वैभवात लोळत होते. त्या वैभवाचे स्वरूप काय प्रकारचे होते याचा प्रस्तूतच्या भौतिक सुखाच्या कडेला राहून विचार करण्याची वेळ आली आहे.

आजचे शिक्षण आणि आचार यांचा मूलभूत सिद्धांत बाजूला करून सर्व काही चालले आहे. गणिताच्या प्रांगणात बेरजा वजाबाक्यांची उदाहरणे सर्वच करतात. त्या आकडेमोडीच्या परिणामात सुखावतात पण ज्या आक-

त्याची ही घडामोड आहे त्या अंकातील सून्य म्हणजे काय ? किंवा एक म्हणजे काय याची माहिती करून घेण्याची घडपड मात्र कोणीच करीत नाही. वर दिसणऱ्या दृश्य आणि नश्वर समुद्रीपेक्षा अमरकाशी-किरंतन समुद्रीचा विचार करणारी शास्त्रे केवळ भारतात निर्माण झाली आणि भारतीयांनी त्यांचा पुरेपूर उपयोग करून घेतल्यानंतर त्याची दीप्तीमान समुद्री इतरांना मोचर झाली. आजच्या वेगवान विज्ञानयुगात सुद्धा या शास्त्रांची मातवरी वाढावी इतकी ही भारतीय शास्त्रे सूक्ष्म, दृढमूल आणि सुसुद्ध परिणामी आहेत. परंतु पारतंत्र्याच्या मधल्या काळात पश्चिमेकडे वळलेल्या नजरांना ही प्राचीन शास्त्रे पारखी होत चालली. त्यामुळे आजच्या तथाकथित समृद्ध समाजाला त्यांचा विसर पडला आहे. पायाखाली नजर रोखून पहिले कमीपणाचे वाटून समोरच्या प्रकाशाला आपला समजून झडप घालण्याचा आजच्या समाजाचा प्रदीर्घ प्रयत्न आहे. पण ह्या प्रकाशात आपल्या जीवनाची आहुती पडण्याची शक्यता आहे हे मात्र कोणालाच भासत नाही. या परिस्थितीचा विचार करावा; आपल्या पायाकडे काही काळ तरी नजर वळावी म्हणून या आणि अशा पुस्तकांचा प्रपंच केला जातो.

या सर्वांला मी अपवाद होतो असे नव्हे. परंतु आयुष्यात एक दिवस भाग्याचा ठरला. असाच मी एकदा शनिवार वाड्याजवळून जात असतां एका साधूने हाक साकून मला खेचून घेतले. आमची ओळख नव्हती पण पुराणपरिचय असावा त्याप्रमाणे त्याने माझ्याजवळ अत्यंत सलगीने बोलायला प्रारंभ केला. त्यात त्या काराची शरिरात निर्माण होणारी विविध स्पंदने; विविध दर्शने आणि विविध परिणाम याचे सशास्त्र ज्ञान त्याने मला दिले. ह्याची प्रत्यक्षता परिचयाला आणून दिली. कोणत्या दिशेने आपल्या भारतीय शास्त्रांचे मोलमापन करावयाचे याचे मार्गदर्शन केले. अशा या साधूला ज्या-वेळी मी त्याचा जीवनपरिचय विचारला तेव्हा त्याने निराळ्याच पद्धतीने त्याची ओळख करून दिली. रोज सकाळी ब्राह्ममुहूर्तावर तो उठे. जवळच नदीवर जाई. स्नान करी आणि शनिवार वाड्याच्या ओटपावर येऊन बसे. सूर्य उगवला म्हणजे त्याच्याकडे एकटक पहाण्यास तो प्रारंभ करी. सूर्यास्तापर्यंत तो आपली सूर्यावरील नजर दूर करीत नसे. जेवण नाही. तहान नाही त्यामुळे अन्य कोणतेही देहधर्मपण नाहीत. तो म्हणाला सूर्याच्या किरणात

सर्व रस आहेत. त्यांनीच माझे पोषण होतं. या पलीकडे मला काही माहिती दिली नाही. एके दिवशी त्याने कोणालाही न सांगता हिमालयाकडे कूच केले. तेव्हापासून म्हणजे १९५४ पासून पुन्हा त्याचे दर्शन मला कधीच झाले नाही. पण त्याने सांगितलेल्या आचार-विचारांचा पाठपुरावा माझे जीव कोला.

अनेक प्रयोग मी स्वतः केले. अनेकांकडून करवून घेतले, त्यांना त्याची नोंद ठेवायला सांगून त्याची अनेक प्रकारे मी छाननी केली. त्यातून फार चांगले निर्णय मला मिळाले. स्त्रियांनी अकाराचा जप करू नये म्हणून आमची विद्वान मंडळी प्रतिपादन करीत असत पण त्या स्त्रियांना देखील विविध कारणासाठी मी अकाराचा जप विशिष्ट पद्धतीने करावयास सांगितला आणि त्याचे आश्चर्यकारक परिणाम मला नोंद करावे लागले. केवळ स्त्रियांचे जे रोग मानले जातात त्यामध्ये अकाराचा फार चांगला उपयोग होतो. इतकेच नव्हे तर विविध जलजल्लेखीय आणि, आणि संसारी जीवनात उदास बनलेल्या स्त्रियांना त्याचे सांसारिक स्वास्थ्य केवळ या प्रणवाच्या जपाने प्राप्त झाले आहे मला अनेक उदाहरणे आहेत. हे सर्व पाहिल्यावर स्त्रियांनी अकार म्हणू नये म्हणून आमचे सनातनी विद्वान सांगतात ते किती फोल आहे याचा पटताळा आला. असे सांगणारे स्वार्थी होते आणि आहेत यापेक्षा त्याला शिस्त नाही. अजूनही या शास्त्रामध्ये विविध प्रयोग करण्यासाठी पुष्कळ जाय आहे.

या पुस्तकाच्या लिहिताने अनेक प्रज्ञावंताना आपल्या या अद्वितीय शास्त्राचे आलोचनात्मक प्रकाश कधी प्राप्त व्हावी ही इच्छा आहे. या पुस्तकात सर्व काही लिहिले असून मुळा आग्रह माझा नाही. या ठिकाणी जे सांगितले आहे त्यापेक्षा कितीतरी पटीने अजून शिस्तलक्ष आहे. माझ्या अकिंचन बुद्धीला ह्यापेकी जेवढे दिसले तेवढेच अधरांकित करण्याचा माझा अत्यल्प प्रयत्न आहे. प्रज्ञावंतांनी आणि पुढे यावे आणि आपले अनुभव लोकांच्या समोर ठेवावेत अशी त्यांना प्रार्थना आहे.

हे पुस्तक लिहितांना मला अनेकांचे सहाय्य झाले. त्या सर्वांचा नाम निर्देश करणे अशक्य आहे. परंतु त्यांचा फार मोठा ऋणभार मी मस्तकी बागवीत आहे एवढेच या ठिकाणी नमूद करतो. या शास्त्राचा परिषद लेखमालेच्या माध्यमानून करून देऊन ज्यांनी लोकांचे लक्ष या विषयाकडे

देवधन घेण्याचा प्रयत्न केला ते 'प्रसाद'चे संपादक श्री. मनोहर जोशी, ज्यांनी माझे विचार मूर्तार्कित केले ते पद्यश्री मद्रणालयाचे घुलक श्रीयुक्त लक्ष्मण सोनबा बलकवडे, आकृतींच्या साहाय्याने विषय सोंपा करण्यासाठी आपलेपणाने झटलेले चित्रकार श्री. जयंत खरे आणि पुस्तकाला सुंदर अवगुंठणात बसविणारे चित्रकार श्री. जोशी या सर्वांचा मी आभारी आहे. त्यावरोबरच ज्याचे नाव-नाव मला माहीत नाही पण ज्याने निःस्वार्थपणे आपले ज्ञान माझ्यापुढे उघडे केले त्या हिमालय निवासी दिग्य पुरुषाचे, आणि जनताजनार्दनाचे आशीर्वाद माझ्या जबळ सदैव असवेत अशी ज्ञानेशाना प्रार्थना आहे.

१३२/ब, शुक्रवार पेठ, पुणे ४११००२.

शके १८९७ अक्षय्यतृतीया

बुधवार दिनांक १४ मे १९७५.

स. कृ. देवधर



संवेर्शा श्रुत दोय -

ज्या प्राचीन प्रज्ञावंतांनी हा सौभाग्य-सागर निर्माण केला ते सर्व ऋषिर्वर्य, तो सागर पहाण्याचे भाग्य ज्या देहामुळे मला मिळाले तो देह देणारे माझे प्रेमळ माता-पिता आणि ज्वांनी ह्या सागराची अथांगता ज्ञानेश्वरीच्या माध्यमातून पहाण्याचे सामर्थ्य मला कुपेने प्रदान केले ते गुरुवर्य श्री. रघुनाथ केशव म्हाळगी ऊर्फ दादा या सर्वांच्या चरणीं हा ग्रंथ सादर समर्पण.

रा. ल. द. द. द. C

शके १८९७ अक्षय्यतृतीया
बुधवार दिनांक १४ मे १९७५.

2/24, Dnyanayog
Co-op. Hos. Soc. Ltd.
L. Tilak Road,
Vajira Naka
Borivali (W),
Bombay-400-092



(पान १५५ पहा)



—व्याप्ति आणि वेग—

१ काल सीमा—

उपजे ते नाशे । नाशिले पुनरपि विसे ॥ हा एक महान सिद्धांत ज्ञानेश्वरांनी आपल्या ज्ञानेश्वरीत प्रथित करून प्रत्येक वस्तुमात्राचे नियमन हा काळ करीत असतो असे अत्यंत सूक्ष्मपणे सुचविले आहे प्रत्येक वस्तूला काळाच्या सीमा आहेत. अर्थात त्या सर्व भिन्न भिन्न स्वरूपाच्या आहेत. त्यामुळेच विश्वाच्या या अवाढव्य पसाम्यात अमरत्वाची एक महान कल्पना रुढ झाली. त्याचा मागीवा घेण्यासाठी प्रत्येक वस्तुमात्राचा जन्म, स्थिती आणि लय यांचा साकल्याने विचार करावा लागतो. मग या विश्वात दिसणाऱ्या अत्यंत सूक्ष्म वस्तूपासून तो केवळ ऋतूभरा प्रजेने जाणता येईल अशा ब्रह्मदेवापर्यंत सर्वांना एकच निरपवाद नियम लागू पडतो आणि तो म्हणजे ह्या सर्व वस्तू जन्म पावलेल्या आहेत. ज्ञानेशांच्या उपरोक्त सिद्धांताप्रमाणे मुंगी असो की ब्रह्मदेव असो सर्वांना नाशावस्था आहे आणि उत्पत्ति-स्थिती-नाशाचे चक्र त्यांच्याहि मागे सदैव आहे. या चक्रातून कोणीहि सुटला नाही. म्हणूनच या सर्व पसाम्याला जग अशी यथार्थ संज्ञा आमच्या ऋषींनी दिली. ज्ञानेशांच्या अक्षरविशवाचा आश्रय करून पाहू लागले की असे वाढळून येईल की, जग ही एक अवस्था आहे. ज आणि ग ही स्वतंत्र असणारी दोन अक्षरे एकत्र करून जग हे सूत्ररूपाने सांगितलेले एक महान दर्शन आहे. असे ज्या सूत्रकाराने सांगितले त्याला खरोखरीच

पुत्रलाभाचा आनंद झाला असेल यात शकाच नाही. कारण या दोनच अक्षरामध्ये काळाची सीमित स्थिती अशा काही चातुर्याने दर्शविलेली आहे की, सामान्यांची बुद्धि या ठिकाणी बोयटकरावी. उपपद तत्पुरुषाचे द्वितीय पद नेहमी कृदन्त असते. त्या कृदन्तात महान अर्थ साठविलेला असतो पण ते कृदन्त आपण स्वतंत्र रीतीने उपयोगात आणण्याचा विचार केला तर मात्र ते आणता येत नाही. उदाहरणार्थ, पादप हा शब्द घेतला तर त्यात पाद + प अशी दोन पदे आढळतात. पाद म्हणजे पाय. प हे पा पिबू = पिणे या धातूचे कृदन्त आहे. त्याचा अर्थही तोच आहे. पायानी पितात ते म्हणजे वृक्ष असा अर्थ ध्वनित करण्याचे हे कृदन्त सूत्ररूपात वावरते. केवळ 'प' चा कृदन्त म्हणून बोलताना आपणास उपयोग करता येत नाही. त्याला अन्य नामाचे सान्निध्य लागते. तरच ते काही अर्थ ध्वनित करू शकते. व्याघ्रमाणेच जग हा नित्य वापरात असलेला शब्द दोन कृदन्तांचा बनलेला आहे. ज किंवा न या कृदन्तांचा स्वतंत्रपणे आपल्याला उपयोग करता येत नाही. पण या दोघांच्या एकत्रीकरणाने मात्र एक महान तत्त्व, महान वस्तु, किंवा महान दर्शन अनुभवास येते. 'ज' हे कृदन्त जन्माला येणे किंवा जन्मण या क्रियेचे दर्शक आहे तर 'न' हे कृदन्त जाणे या क्रियेचे दर्शक आहे. या दोन कृदन्तांचे एकत्रीकरण केले की, जन्म घेणे आणि मरण किंवा जाणे या क्रियेचे दर्शन घडते. यावरून असा कुलासा अगदी सहजपणे होईल की, ज्या वस्तु जन्माला येतात आणि लयाला जातात अशा तऱ्हेची जी स्थिती असेल तिला जग अशी संज्ञा आहे. जरा शास्त्रीय भाषेत सांगायचे झाले तर ज म्हणजे जन्माला येणे हा एक किनारा आणि मरण किंवा नाहीसे होणे हा दुसरा किनारा. या दोन किनार्यांमध्ये असणाऱ्या स्थितीला जग असे नाव आहे. या जगाचे अस्तित्व सामान्य माणसाला गोचर होते पण ते किती मोठे आहे याची स्पष्टता त्या शब्दाच्या उच्चारातच साठविलेली आहे. ज आणि ग ही दोन अक्षरे एकापुढे एक उच्चारानुवाची असतात. ज म्हटल्यानंतर ग म्हणावयाचा. ज उच्चारल्यानंतर ग म्हणण्यात जो कालावधी लागतो इतके अल्पकाल या जगाने आयुष्य आहे. ज्ञानेश्वर या जगाच्या अस्तित्वाचे वर्णन करताना 'माशी पांखू पांखडे तंव हे सरे ॥' असे म्हणून जणू काही जगाच्या अस्तित्वाची परिचीयाच स्पष्ट करतात. म्हणजेच या

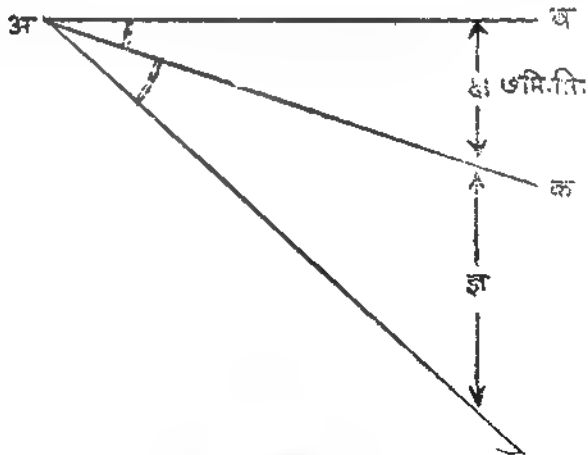
अगाला देखील विशिष्ट आयुष्य आहे. ठराविक आयुष्य सपले म्हणजे हे जगसुद्धा लयाला जाते. त्यामुळे असे म्हणावे लागते की, ज्याला आपण जग म्हणून संबोधतो, त्या जगात जी जी म्हणून वस्तू आहे तिला देखील जग बशीच संज्ञा पर्यायाने प्राप्त होते. कारण या ठिकाणी असणाऱ्या प्रत्येक वस्तूला ज आणि न या सीमांत अवस्थेत वावगवे लागते. प्रत्येक वस्तूचे आयुष्य या मर्यादांत सीमित केलेले आहे. या मर्यादांचा विचार केला तर त्या इतक्या सूक्ष्म आहेत की, त्यांचे मापन हा स्वतंत्र विषयच होऊ शकेल. ज्याप्रमाणे सूक्ष्मता आहे त्याप्रमाणे दीर्घता देखील आहे. या सर्व मर्यादांचा शोध घेण्यासाठी अकाराची सूक्ष्मता आणि व्यापकता जाणून घेणे आवश्यक आहे. पूर्वीच्या ऋषींनी हाती कोणतीही साधने उपलब्ध नसता शोधून निश्चित केलेली काल आणि स्थलमापन परिमाणे विशेष आहेत असेच म्हणावे लागेल. अत्यंत सूक्ष्मापासून प्रारंभ करून तयार केलेले हे कोष्टक अभ्यसनीय ठरेल.

श्रीमत् भागवत स्कंध ३ अध्याय ११

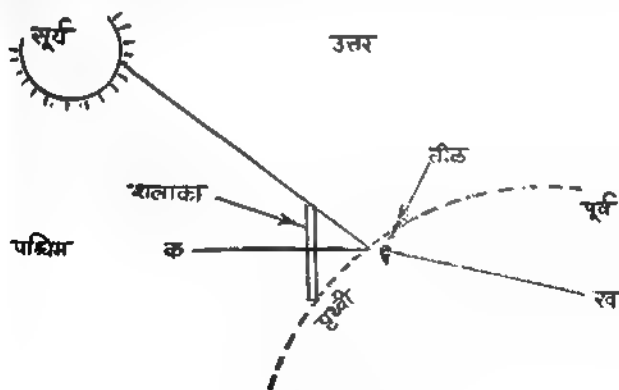
अणुद्रो परमाणू स्यात्प्रसरेणुश्चयः स्मृतः ।
जात्वर्क रश्मयवगतः क्षमेवा नुपतन्नगात् ॥ ५
असरेणुत्रिकं भुक्ते यः कालः स त्रुटि स्मृतः ।
शतभागस्तु वैधः स्यात्तन्मिस्त्रिभिस्तु लवः स्मृतः ॥ ६
निमेषस्त्रिलवो जंघ आम्नातस्ते त्रयः क्षणः ।
क्षणं पंच विधुः काष्ठां लघु तां दशपंच च ॥ ७
लघुनि वै सामान्नाता दशपंच च त्रुटिका ।
ते द्वे मुहुर्तः प्रहरः षड् यामः सप्त वा नृणाम् ॥ ८
द्वादशार्धपलान्मानं चतुर्भिश्चतुरंगुलैः ।
स्वर्णमार्धः कृतच्छिद्रं यावत्प्रस्थजलप्लुतम् ॥ ९
यामाश्चत्वारश्चत्वारो मर्त्यानामहो उभ ॥
पक्षः पंचदशाहानि शुक्लः कृष्णश्च मानव ॥ १०
तयो समुच्चयो मासः पितृणां सदहर्निशम् ।
द्वौ तावत्तु षड्यमं दक्षिणं चोत्तरं दिवि ॥ ११
अयने चाहोनी प्राहुर्वत्सरो द्वादश स्मृतः ।
संवत्सरशतं नृणां परमायुर्निरूपितम् ॥ १२

२ परमाणु = १ अणु, ३ अणु = १ अयसरेणु, ३ अयसरेणु = १ नुटि,
 १०० नुटि = १ वेद्य, ३ वेद्य = १ लघु, ३ लघु = १ निमिष
 ३ निमिष = १ क्षण, ५ क्षण = १ काष्ठा, १५ काष्ठा = १ लघु, १५
 लघु = १ घटका, २ घटका = २ मूहृतं, ७३ घटका किंवा ३७५
 मूहृतं = १ प्रहर, ४ प्रहर = १ रात्र किंवा दिवस, ८ प्रहर = १ अहोरात्र
 १५ अहोरात्र = १ पक्ष, २ पक्ष = १ मास, २ महिने = ऋतु, ३ ऋतु
 = १ अयन, २ अयने = १ वर्ष (मानवांचे) ३६० वर्षे = १ देव वर्ष.

या सर्व कोष्टकात परमाणु समजला म्हणजे समजल्या कोष्टकाची
 व्यवस्था आपोआप लागते. हे परमाणु अंतर समजण्यासाठी सूर्याच्या गती-
 बरून गणित करावे लागेल. सूर्य हा पृथ्वीपासून ९.२९ कोटी मैल किंवा
 १४.८६ कोटी किलोमीटर दूर आहे. त्या सूर्याच्या बिंदूमधून सूर्यकिरण
 पृथ्वीवर येऊन स्थिरावतात. सूर्य स्थिर आहे आणि पृथ्वी त्याच्या भोवती
 विशिष्ट कक्षेत परिभ्रमण करते. पण आषणास दिसणारा हा सूर्य देखील
 नतिमान आहे.



अ या बिंदूपासून अन्न आणि अक असे दोन किरण निघाले आहेत. या किरणांची लांबी ७ मि. मी. आहे. नाक या बिंदूतील अंतर $z = २$ मि. मी. आहे. अक हा किरण ३ पर्यंत जाणला. तेव्हा अ या बिंदूमध्ये देखील हालचाल झाली. अ व आणि अक या रेषा अ या बिंदूमध्ये मिळाल्या आहेत परंतु त्यांच्या मीलन बिंदूमध्ये अत्यल्प अंतर आहे. ज्यावेळी अक हा किरण ३ पर्यंत जाणला तेव्हा त्यामध्ये $z = ३.५$ मि. मी. अंतर तयार झाले. याचवेळी अ ह्या बिंदूमध्ये जी हालचाल झाली त्यामुळे तेथे मिळणाऱ्या या दोन रेषांमध्ये किती अंतर पडले. अर्थातच हे अंतर अत्यंत सूक्ष्म आहे त्याचे मापन करणे देखील अत्यंत कठीण आहे. एकाच बिंदूमधून निघालेल्या दोन किरणांच्या टोकांमध्ये जे अंतर पडते त्या मानाने ज्या ठिकाणाहून हे किरण उद्भवले त्या ठिकाणी असणारे अंतर अत्यंत अल्प आहे. याच उदाहरणावरून सूर्याच्या बिंदूतून निघालेला एक किरण १४८६ कोटी कि. मीटर दूर आहे पृथ्वीच्या पृष्ठभागावर दोन किरणांमध्ये जे अंतर असेल त्यामानाने सूर्याच्या बिंदूमध्ये असणारे अंतर सूक्ष्मतम आहे. परमाणु अंतर आणि परमाणु काल यांची किंचित कल्पना यावी म्हणून करावयाचे गणित असे आहे.



सूर्य आकाशात ३० अंशावर असताना हे मापन करावयाचे आहे. एक शलाका किंवा काडी घेऊन ती जमिनीच्या वर एक बीत राही न घालता जमिनीत पुरावी. त्या शलाकेचे वरचे टोक अगदी सूर्यम असले. त्या शलाकेवर सूर्याचे किरण पडताच तिच्या अग्राची सावली पृथ्वीवर पडेल. ती सावली ज्या ठिकाणी पडेल त्या ठिकाणी एक तीळ ठेवावा. दक्षिणेस त्या तीळाचे टोक आणि उत्तरेस पाठ करावी. ही शलाकेची सावली तीळाच्या क या बाजूला स्पर्श करील. त्यानंतर ती पुढे सरकेल आणि न या कडेला स्पर्श करील. सूर्याचा किरण क पासून स पर्यंत येण्यासाठी ० २९ कोटी मैल दूर असलेला सूर्य किती हल्ला असेल आणि तो तसा हलण्यासाठी त्याला किती वेळ लागला असेल ? या लागलेल्या वेळाला परमाणु काळ, आणि अंतराला परमाणु अंतर असे म्हणतात. त्या सेकंदाच्या भाषेन सांगायचे तर १ परमाणु म्हणजे एका सेकंदाचा ३७९६३०५ वा भाग हा सर्वात सूक्ष्म असा काळ आहे. हा जसा एक भाग झाला त्याप्रमाणेच प्रत्येक बाबचे मापन देखील असेच करण्यात आले आहे. मागील गोष्टीवरून हे मापन दिलेले आहे. त्यावरूनच पुढील गणित करायला येईल.

कृतं त्रेता द्वापारं च कलिकेति चतुर्विंशतिः ।

दिव्यैर्द्वादशभिर्बर्षैः सावधानं निरूपितम् ॥ १०-१८

चत्वारि त्रिणि द्वे चैवं कृतादिः पथाश्चतस्रः ।

संख्यातानि सहस्राणि द्विगुणानि तानि चतस्रः ॥ १०-१९

एकूण चार युगे असून त्यांची देववर्षे १०००, २०००, ३०००, ४००० युग चालू होताना मध्ये असणारा संधिकाल या भाषेत तो दिली आहे.

क्र.	युगाचे नाव	देववर्षे	संधिकाल	एकूण देववर्षे	मानवी वर्षे
१	कृत	४,०००	८००	४,८००	१७,२८,०००
२	त्रेता	३,०००	६००	३,६००	१२,९६,०००
३	द्वापार	२,०००	४००	२,४००	८,६४,०००
४	कलि	१,०००	२००	१,२००	४,३२,०००
एकूण		१०,०००	२,०००	१२,०००	४३,२०,०००

अशा प्रकारे चारही युगांचा म्हणजे ४३.२० लक्ष वर्षांचा काळ जपला की एक चौकडी पूर्ण होते. याप्रमाणे एक सहस्र चौकड्या झाल्या म्हणजे ब्रह्मादेवाचा एक दिवस आणि पुन्हा त्यात तेवढ्याच रात्रीचा काळ मिळविला की, एक संपूर्ण दिवस होतो. याप्रमाणे ब्रह्मादेव देखील शतयुषी आहे. या काळाची गणना केली तर त्याचे उत्तर खालीलप्रमाणे येईल.

$$४३,२०,००० \times १००० = ४,३२,००,००,००० = ४३२$$

कोटी वर्षे

एक संपूर्ण दिवस-अहः ४३२ कोटी वर्षे

$$+ \text{रात्र } ४३२ \text{ ---, ---}$$

$$\underline{८६४ \text{ ---, ---}}$$

$$\times ३६०$$

ब्रह्माचे एक वर्ष

$$३,११,०४० \text{ ---, --- एक वर्ष}$$

$$\times १००$$

शतायुष

$$३,११,०४,०००$$

कोटी वर्षे.

या शतायुषाच्या अवधीनंतर ब्रह्मादेवाचे आयुष्य संपते परंतु अखेर शिल्लक जर कोणी रहात असेल तर तेवढा ॐ शिल्लक राहतो. म्हणजेच हा ॐकार $\frac{१}{३७९०२६७५}$ एकदापेक्षा सूक्ष्म आणि ३,११,०४,००० कोटी वर्षांच्या कालावधीच्या मोठा आयुष्यमान आहे. या काळाच्या गतीप्रमाणेच त्याने व्यापलेली जगा देखील तशीच सूक्ष्म आणि स्थूल आहे.

सूर्याच्या किरणात दिसणारे जे अत्यंत सूक्ष्म थेंबे कण आहेत त्यातला अगदी लहानातला लहान कण घेतला तर तो आपणास केवळ चर्मचक्षूंनी गोंचर होणार नाही. सूक्ष्मदर्शक यंत्राखाली ज्या वेळी तो पाहिला त्या वेळी असे कण एक मिलिमीटर एवढ्या अंतरात एक सहस्र असतात. या एका कणाला त्र्यसरेणू असे म्हणतात या त्र्यसरेणूचा $\frac{१}{३}$ भाग म्हणजे एक अणू आणि या अणूचा $\frac{१}{३}$ भाग म्हणजे एक परमाणू होय. याचाच अर्थ असा की $\frac{१}{३}$ त्र्यसरेणू म्हणजे एक परमाणू किंवा $\frac{१}{३}$ मिलिमीटर म्हणजे एक

परमाणु अंतर होय. याचाच अर्थ मागील कोष्टकाचा आणि दोन्ही आ-
 सींचा विचार करता असे म्हणावयास हरकत नाही, की दक्षिणोत्तर ठेव-
 लेल्या तिळाच्या पुर्व कडेला असलेल्या किरणूला पश्चिम किनाऱ्याला येई-
 पर्यंत सूर्य $\frac{1}{1000}$ मिलिमीटर हालतो आणि तो हालण्यास त्याला
 $\frac{300000000}{1000000000}$ सेकंद इतका वेळ लागतो. यालाच परमाणु अंतर आणि पर-
 माणु काल असे म्हणतात. हे संपूर्ण विश्व अत्यंत सूक्ष्म आणि अत्यंत अवा-
 द्य कालाच्या कक्षेत नेहमी वावरत असते. ज्ञानेश्वर महाराज ज्ञानेश्वरीत
 या विश्वाच्या दोन कडांचा मोठा उत्कृष्ट असा उल्लेख करतात आणि हे
 विश्व देखील सीमित आहे, याचा खुलासा करतात.

जे जगनाहून जुने । जे परमाणुहून साधे ।

अयाचेनि सन्निधाने । विश्व स्रष्टे ॥ ८-८७ ॥

या दोन कडांच्या सांनिधाने हे विश्व नेहमी चळत असते. या दोन्ही
 कडांच्या आगेमागे, संबंध विश्वाला धारण करणारी एक महान शक्ति
 आहे. तिचे सूक्ष्मातिसूक्ष्म स्वरूप अंकार असून महान रूपहि अंकारच आहे.
 सूक्ष्मापासून विशालापर्यंत अंकार स्थत चीच स्पन्दने निर्माण करतो, त्यामुळे
 एकातुडे एक या अंकाराचे काल आणि स्थान यांचे आविष्कार तयार होतात
 हे आविष्कार किंवा आकार एका विविष्ट स्थितीमध्ये मानवाला समजू
 शकतात.

विश्वाच्या सूक्ष्मावस्थेचे अवलोकन केल्यावर त्याच्या मधुनीयतेचा
 साधारण परंतु दृश्य असा अंदाज घ्यावयाची जरूर भासते. त्याच्या भव्यतेची
 कल्पनाच घ्यावयाची झाली तर अशी देता येईल. 100×100 सेंटिमीट-
 रचा एक कागद घेऊन त्याच्या मध्यभागी १ सेंटिमीटर त्रिज्येचे जर एक
 वर्तुळ काढले तर एका सूर्यमालेतील सूर्याची स्थिती आपण कागदावर
 निश्चित केली. त्या वर्तुळापासून १४.८६ से. मी अंतरावर पेन्सिलीला
 केलेल्या अगदी बारीक टोकाने एक बिंदू काढला तर त्याला पृथ्वी असे
 मानावे लागेल. त्या मानाने अन्य ग्रह काढावे लागतील. अशा तऱ्हेने तयार
 झालेली १०,००० बी. से. मी. आकाराची एक सूर्यमाला होईल. अशा

निरनिराल्या गुणधर्माच्या एक हजार सूर्यमाला या विश्वाच्या पंसाऱ्यात आहेत. या सर्व सूर्यमालांना प्रकाशित करणारे जे सूर्य आहेत ते खरे नसून मूळ एका सूर्याची प्रातिनिधिक स्वरूपे आहेत. सगळी सूर्य आहेत त्या तेजाचे स्वरूप या सर्व सूर्यांच्या एकत्रीकरणापेक्षा कितीतरी पटीने अधिक आहे.

भगवंतांनी अजुनाला जे विश्वरूप दाखविले त्या रूपाचे तेज किती मोठे होते याची कल्पना ज्ञानेशांनी दिली आहे.

तंसे ते विश्वसूर्य सहस्रवरी । जरी उदधती का एकेचि अवसरी ।
तरी तया तेजाची थोरी । उपमूं नये ॥

आद्यविद्याचि विजुंवा मेळावा कोजे । आणि प्रलयाग्नीची सर्व
सामग्री आणिजे । सेविचि दशकुही मेळविजे । महातेजाचा ॥

ऐसे महात्मया हरीचे तेज । फाकतसे सर्वांगीचे तेज ॥

हे जे हरीचे तेज ॐकाराचे तेज आहे. कारण त्या ईश्वर नावाच्या महान शक्तीचा वाचक प्रणव आहे असे योगमहर्षि पतंजलींनी एका योग-सूत्राने स्पष्ट केले आहे. तस्य वाचकः प्रणवः ।

२ बुद्धिकक्षा-

ॐकाराच्या मागे जाण्याचा मानवाचा प्रयत्न हे त्याचे महान् कार्यच समजले पाहिजे. ॐकाराच्या या अत्यंत सूक्ष्म अशा स्थितीला जन्मादि व्याधि उपाधि नाहीत. त्याची अगंड स्थिती कधीही बदलत नाही. तो कितीहि लहान अथवा कितीही मोठा झाला तरी त्याच्या अखंडपणात काहीहि आढ येत नाही. त्या सूक्ष्मापासून हे सर्व दृश्य प्रसवते आणि अखेर सूक्ष्मामध्येच येऊन पुन्हा विलीन होते. एखाद्या भरलेल्या विहिरीत एखादा खडा अगदी मध्यभागी टाकला की पाण्यावर एकापाठोपाठ तरंग निर्माण होतात. प्रत्येक तरंग काठापर्यंत जातो काठावर आदळतो आणि तेथून तो केंद्राकडे वळतो. त्यावेळी पाण्याच्या पृष्ठभागावरून काठाकडे जाणारे तरंग धावत असतात आणि त्या पातळीच्या खालच्या बाजूने काठाकडून केंद्राकडे येणारे किरण धावत असतात. केंद्रात येणारा प्रत्येक तरंग अगदी मंद वेगाने

शेतो आणि अखेर त्या ठिकाणी विरून जातो. असे सर्व तरंग संपले म्हणजे पाणी निष्पंद होते. या प्रक्रियेत पाणी मूळचेच आहे. ते काही जन्म पावत नाही. पण त्यावरचे तरंग मात्र जन्म घेतात, दिसतात आणि पुन्हा केंद्रात येऊन लय पावतात या स्थितीचे वर्णन ज्ञानेश जे करतात ते पाहण्यासारखे आहे.

जयाचे आकाराधीन असणे । जया जन्म ना निमणे ।

जे आघवेचि आघदेपणे । देखत असे ॥

जे सर्वाति शया विये । सर्वं जेजे जिये ।

हेतु जया बिहे । अचित्त जं ॥

अशा या स्थितीचा विचार करण्यासाठी आणि विचारमंथनातून ती स्थिती आकलन करण्यासाठी सामान्य मानवी बुद्धि खरे पाहता अगदीच कुचकामी ठरते. देवदेव बुद्धि किंवा देवबुद्धीचा मुढा तेथे पाड नाही. कारण सामान्य मानवी बुद्धि जड आहे. त्याच्या उदायोगे गति प्राप्त होईल, असा काही सामर्थ्यज्ञात तिच्यामागे असाच लावतो. तो तसा नमेल तर बुद्धीचे कार्य बुद्धि केव्हाहि करू शकणार नाही. लूध्दातिमूध्म आणि अतीव महान अशा स्थितीचे आकलन करण्याचे कार्य ज्या बुद्धीच्या अस्तित्वाने होईल अशी बुद्धि सामान्य मानवात नसू शकत नाही. याचा अर्थ असा नव्हे की, जी गोष्ट सामान्य बुद्धीच्या दक्षतेत येत नाही ती जाणणे अशक्य आहे. बुद्धीचे प्रमुख असे तीन प्रकार आहेत. पहिले सामान्य स्तर आहे. त्यापैकी अगदी खालच्या स्तराला सामान्य बुद्धि हे नाव आहे. या बुद्धीने अत्यंत स्थूल पण सीमित अशा वस्तूंचे दृश्य ज्ञान मांड होते. तिचे अंतरंग उकलण्याचे सामर्थ्य अशा बुद्धीत कदापि असत नाही. हिलाच मानवी बुद्धि असे म्हणतात. यापेक्षा वरच्या स्तरांवरील बुद्धीला प्रज्ञा असे नाव आहे. ती वस्तूंचे वास्तव स्वरूप तर आकलन करू शकतेच पण त्यावरवर त्या वस्तूंचे अंतरंग देखील पाहू शकते. त्या वस्तूची रचना आणि विनियोग यांचे सामर्थ्य या बुद्धीला आकलन होते. वस्तूच्या विनियोगातून निर्माण होणारे परिणाम हिला समजतात परंतु या परिणामांचा प्रत्यक्ष अनुभव मात्र तिला घेता येत नाही. ज्या बुद्धीला, इंद्रियांना गोचर होणाऱ्या अनुभवांखेरीज अन्य अनुभव

आकलन करता येतात किंवा ज्या ठिकाणी इंद्रियांचे व्यापार संपतात तरी सुद्धा जे ज्ञानावर्य शिल्लक राहते त्याला नवसणी घालणारी बुद्धि ती सर्वश्रेष्ठ बुद्धि होय. ही केवळ एकच बुद्धि ॐकाराचे किंवा त्याच्या परिणामांचे मूल्यमापन करू शकते. अर्थात जेव्हा तऱ्हेची ही असामान्य बुद्धि-देखील सामान्य बुद्ध्याच्यामागे निर्माण झालेल्या गतीच्या सामर्थ्यामुळेच प्राप्त होऊ शकते. ही गति निर्माण करण्याचे कार्यदेखील या ॐकाराच्या सात्त्विकतेनेच प्राप्त होते. अर्थात त्यासाठी काही विशेष प्रक्रियांची आवश्यकता असते. एका जन्माचे हे कार्य आहे असे मान घ्यावेच नाही. कारण एका जन्मात सामान्य किंवा इंद्रियजन्य क्रियांचे परिणाम अनुभवण्याचे कार्य जी सामान्य बुद्धि करे तीच क्रमाक्रमाने वृद्धि पावते. मनुष्य आणि अन्य प्राणी यांच्यामध्ये असणाऱ्या बुद्ध्याचा पडनाळा घेतला तर असे दिसून येईल की, बुद्धि दोघांना, अर्थात बुद्धीचा विनियोग करण्याचे कार्य जितक्या प्रभावीपणे करता येईल तितकी ती बुद्धि तीव्र आहे असे मानण्यात येते. मानवाच्या बुद्ध्याचा विनियोग जितका प्रभावीपणे करता येतो इतक्या प्रभावीपणे तो अन्य जीवांना करता येत नाही. म्हणून माणसाला बुद्धिमान प्राणी असे म्हणता येते. त्या मानाने माकडे, घोडे, हत्ती, बाघ, पक्षी किंवा अन्य जीवांच्या बुद्धी यांची बुद्धीची विनियोगशक्ती कमी कमी होत येतात. त्या प्राण्यांच्या बुद्धीची धाव केवळ आपण आणि आपला डोळ्यांनीच त्यांच्या परिसर याच्या बाहेर जात नाही. जोपर्यंत या प्राण्यांचा परिसर त्यांच्या समोर आहे तोपर्यंत त्या परिसरासाठी त्यांच्या बुद्धीचा विनियोग होत राहतो. उदाहरणार्थ—एखादे माकड किंवा हत्ती घेतला त्याचे पिलू तोच त्याच्या नजरेसमोर आहे तोपर्यंत त्याच्या खाण्यापिण्याची आणि संरक्षणाची काळजी तो पूर्णपणे घेतो. परंतु ते पिलू त्याच्यासमोरून नार्हावे केले तर त्या पिलाची आठवण काही तासांच्या अवधीतच तो विसरून जाईल. त्या पिलाची कोणतीही काळजी त्याला असत नाही इतकेच नव्हे तर ते पिलू मोठे झाल्यावर त्या दोघांची गाठ पडली तर त्यांचा नातेसंबंधसुद्धा त्याच्या लक्षात येणार नाही. अथवा एकमेक एकमेकांची पूर्वीच्या इतकी काळजी देखील घेणार नाहीत. परंतु तेच त्यांचे एकत्रित संघटन झाले की प्रेम निर्माण होते. त्यांच्या अत्यल्प सुखाचा विचार

एकमेकांच्या अंतरात निर्माण होऊ शकतो. त्याचा विनियोग ते प्राणी करू शकतात. अर्थात या सर्वांचा निष्कर्ष एवढाच की अशा प्राण्यांजवळ सुद्धा बुद्धि आहे. पण तिची विनियोगकक्षा मात्र अतिशय अल्प आहे. असे प्राणी उच्चस्तर बुद्धिवंतांच्या कक्षेत आले तर अशा माणसाकडूनच जे व्यापार घडतात ते आपल्या बुद्धीने टिपण्याचे कार्य करतात. माणसांच्या आश्रयाने माणसाचे अनुकरण किंवा त्यांच्या सूचनेप्रमाणे काही कार्य हे प्राणी करू शकतात. अशा तऱ्हेने या प्राण्यांनी संचित केलेली बुद्धि त्या प्राण्यांमधे तशीच कायम राहते. एका जन्मात संचित केलेली बुद्धि मरणाबरोबर नाहीशी होत नाही. पुढील जन्मात देखील तिची संचित अवस्था त्या जन्माचे भांडवल ठरते. तेथून पुढे तो प्राणी आणखी काही बुद्धि त्या जन्मात संचित करील त्यांच्या विनियोगांचे क्षेत्र प्रत्येक जन्मातल्या आकाराप्रमाणे बदलत जाता जाता फार उच्चस्तरापर्यंत तो आऊन पोहचू शकता. जी अवाढव्य बुद्धीची माणसे आपण पाहून त्यांची ती बुद्धि एका जन्माची नव्हे. अनेक जन्मात जी बुद्धि संचित केली, तिच्या विनियोगाचा उत्तरोत्तर जी अधिक चांगला प्रदांग केला गेला त्या सर्व संचिताचे फळ एखाद्या असामान्य बुद्धीच्या माणसाचे अस्तित्व निर्माण करण्यात होतो. अशाच अनेक जन्मांचे संचित त्याला ईश्वरापर्यंत नेऊन पोहोचविते. म्हणजेच इंद्रियजन्य विषयांच्या पत्तीकडील विषयांचे आकलन त्याला करता येते. त्या विषयाशी त्याला समरस होता येते. भगवान श्रीकृष्णांनी गीतेच्या सातव्या अध्यायात

५१ नो जन्मनामन्ते ज्ञानवान्मा प्रपद्यते ।

असे प्रतिपादन केले आहे. मागील जन्मात प्रयत्नांचे जे संचित तयार झालेले अगते त्याचा उपयोग कसा होतो, त्याचे परिणाम जगाच्या स्थूल नजरेला कसे येतात किंवा अत्यंत ज्ञानवान माणसालादेखील ते संचित कसे गोचर होते याचा मोठा मार्मिक असा खुलासा ज्ञानेश्वर महाराज करतात. श्रीमद्भगवद्गीतेच्या सहाव्या अध्यायातील—

अथवा योगिनसेव कुले अवति धीमताम् ।

एतद्दि तुलंबतरं लोके जन्म यदीदृशम् ॥ आ-६-४ २॥

तत्र तं बुद्धिसंयोगं लभते पौर्वदेहिकम् ।

यस्य ते ततो भूयः संसिद्धौ कुस्तन्दन ॥ ४३ ॥

पूर्वाभ्यासेन तेनैव हियते ह्यवशोऽपि सः ।

जिज्ञासुरपि योगस्य शब्दब्रह्मातिवर्तते ॥ ४४ ॥

अथत्वाद्यतमानस्तु योगी संशुद्धकल्मषः ।

अनेकजन्मसंसिद्धस्ततो याति परां गतिम् ॥ ४५ ॥

या श्लोकावर जी महाराजांची उत्कट टीका आहे ती समस पाहणेच उचित ठरेल परंतु त्यातला अत्यंत अल्पसा भाग जरी विचारात घेतला तरी या संबंध व्याख्यानाचा आशय काहीसा व्यानी येऊ शकेल.

मोठकी देहाकृती उमटे । आणि निजजानाची पहाट फुटे ।

सूर्यापुढां प्रकटे । प्रकाश जैसा ॥

तेशी दशेची वाट पाहतां । अयसेविद्या गांवा न येतां ।

माळवणीच सर्वज्ञता । बरी तयाते.

तिये सिद्धप्रज्ञेचेनि लाभे । मनचि सारस्वते बुभे ।

मग सकळ आसत्रे स्वयंभे । निघती मुखे ॥

आणि मागील जे सद्बुद्धी । जेथ जीविता जाहली होती अवधी ।

मग तोचि पुढती निरवधि । मवी लाहे ॥

तेसे दुर्भेद जे अभिप्राय । का शुद्धमय हून ठाय ॥

तेथ सौसेवीण जाय । बुद्धी तयाची ॥

जे शतवर्षाचिया कोडी । जन्मसहस्रांचिया भाडी ।

लंघिता पातळा यडी । आत्मसिद्धीची ॥

अत्यंत अल्प वयातच त्या भाजसांच्या ठिकाणी मागील बुद्धीचा ज्ञानाचा उदय होतो आणि सूर्याच्या पुढे जसा त्याचा प्रकाश पसरतो त्याप्रमाणे त्याच्या बुद्धीचे तेज पसरते. त्याचे बरे किती लहान आहे, तो कोणत्या अवस्थेत आहे, हे न लक्षात घेता बघवी जाल्यावस्थेपेथ सर्वज्ञता त्याला माळ घालते. मग पूर्व जन्मात साठविलेली बुद्धि त्याला प्राप्त झाल्याने सर्व

शास्त्रे आपोआप त्याच्या मुखातून प्रसवू लागतात. मार्गत्या जन्मात अखेरच्या वेळी जी बुद्धि त्याने संचित केलेली होती तीच बुद्धि या जन्मात नव्याने परंतु आपोआप प्राप्त होते. ज्या सिद्धान्तापर्यंत सामान्य बुद्धीचा प्रवेश होत नाही, किंवा केवळ गुरूने केलेल्या कृपेमुळेच त्याची बुद्धी अशक्यस्थलापर्यंत येऊन पोहोचू शकते त्या ठिकाणापर्यंत त्याची बुद्धी कोणत्याहि प्रयत्नाशिवाय म्हणजेच अगदी सहजपणे जाऊन पोहोचते. कारण तो कोट्यवधी वर्षांच्या काळात हजारो जन्मांचे बंध ओलांडून असामान्य बुद्धीच्या कक्षेत येतो. याच कक्षेला आत्मसिद्धी असे म्हणतात आणि या ठिकाणी येऊन पोहोचणाऱ्या बुद्धीला ऋतंभरा किंवा सिद्धप्रज्ञा असे संबोधतात. या सिद्धप्रज्ञेची अवस्था एका जन्मात प्राप्त होत नाही. प्रत्येक जन्माचे कालमापन लक्षात घेऊन त्या त्या जन्माने निर्माण होणारी बुद्धी संचित करावी लागते. असे जन्म अनेक आहेत. प्रत्येक जन्माचे आयुष्य शतवर्षांचे आहे असे त्या त्या योनीत जन्मणारे प्राणी मानतात. अर्थात् प्रत्येकाच्या शतवर्षांचा काळ हा अगदी भिन्न आहे. मानवी कोष्टात ज्याप्रमाणे ब्रह्मदेवाचे शतायुष म्हणजे किती काळ होतो त्याच गणना केली त्याप्रमाणे प्रत्येक योनीचा विचार करताना ठरेल. कारण एक मानव दुनःमा उच्चस्तर योनीचा अमर आणि बुद्धीवान् सज्जत असते. त्याच्या बुद्धीच्या आणि आयुष्याच्या कक्षा ह्या भिन्न भिन्न आहेत त्याच्या भिन्न-भाषाण त्याची संवत्सराची देखील भिन्न आहे. त्याप्रमाणे प्रत्येक योनीत असा बुद्धीची विशेष प्रकारे साठवण होते.

जन्माचे ज्या वेळी ही सृष्टी निर्माण केली तेव्हा चौमाशी लक्ष योनींचा पन्नास याने मांडला. त्या प्रमाणे प्राणिसृष्टी निर्माण केली. या सर्व योनींमध्ये मानवी आयुष्य सर्वसम्पन्न शंभर वर्षे सरले तर त्या मानवाने त्याच्या खालच्या योनींचे आयुष्य अल्पाकडून अल्पत्पाकडे जात असलेले आढळून येईल, तर वरच्या योनीत ते वाढून गेल्याचे दिसून येईल. या सर्व योनीमध्ये असे एक प्रकारचे जन्तु आहेत की, त्यांचा आकार सूक्ष्मदर्शक यंत्राने सुद्धा त्वरेने गोचर होत नाही. त्यांच्या आकारमानाप्रमाणे त्यांचेहि आयुष्य त्यांच्या गणनेने शतवर्षांचे आहे. परंतु मानवी कालगणनेचा विचार करता ते आयुष्य केवळ १०० बुद्धी किंवा एक वेष्ट इतके आहे. तास-सेकंदाच्या मापेत सांगायचे तर ते आयुष्य अल्पसेकंद इतकेच आहे. एवढ्या अल्पशा अवधीत जन्म

प्रजोत्पत्ती आणि मृत्यु या क्रिया अव्याहतपणे चढतात. असे प्राणी १०० निमिषाचे आयुष्य लाभलेल्या प्राण्यांना अमर समजतात, कारण त्यांचे आयुष्य मोठे आहे. त्यांच्यापेक्षा १०० घटकांचे आयुष्य ज्यांना मिळाले आहे ते अमर. याप्रमाणे अन्य प्राणी मानवांना अमर समजतात, तर मानव स्वतःला मुळीच अमर मानीत नाहीत तर ते देवांना अमर मानतात. अर्थात् त्यांचे अमरपण मानवाच्या वर्षांनी मोजतां ३६,००० वर्षांचे आहे. ते इंद्राला अमर समजतात. पण इंद्राचे आयुष्य ३०,८५,७१५ वर्षांचे आहे. तो ब्रह्मा-देवाला अमरत्व बहाल करतो, पण ब्रह्मादेव आपले आयुष्य ३,११०,४,००० कोटी वर्षांचेच असल्याने त्याच्या पूर्वीचा अजन्मा जो ॐ त्याच्याकडेच तो अमरत्व सोपविना. ब्रह्मादेवाचे हे अहोरात्रमय आयुष्य जो पाहू शकतो त्याला अहोरात्रविद् असे म्हणतात. ही स्थिती अगदी आपोआप उपासी आहे असा हा ॐकार आहे. म्हणून या ॐकाराचे जे स्वरूप तेच माझे स्वरूप आहे असे भगवंत सांगतात. या ॐकाराला जाणणे म्हणजे खऱ्या अर्थाने प्रारंभ प्राप्त करून घेणे होय. त्या ॐकाराची उगसना म्हणजेच मी ॐ अज त्याचे सतत सांनिध्य होय. त्याचेच स्मरण करावे असे आग्रहपूर्वक ज्ञानदेव सांगतात.

म्हणोनि प्रणवेक नाम । हे एकाक्षर ब्रह्म ।

जो माझे स्वरूप परम । स्मरत सांता ॥ ८११८

म्हणून प्रणव हे एकुलते एक नाम म्हणजे ब्रह्म आहे त्याचेच प्रणव माझे स्वरूप म्हणून करावे. या प्रणवाचा हा पसारा पाहिला म्हणजे त्याला जाणणे किती कठीण आहे याची साक्षकाला साधारणपणे कल्पना येऊ शकेल. परंतु या ॐकाराच्या कोणत्या स्थितीचे स्मरण केले अमता ॐकाराच्या या पसऱ्याचे संपूर्ण ज्ञान होऊ शकेल असा प्रश्न साधकाच्या पुढे निश्चितपणेच येईल. अर्थात् त्याला उत्तर मात्र असे आहे की, आपण ज्या आकाराचा आश्रय केला आहे त्या आकाराला साजेसा प्रज्ञेने त्याला जाणणे योग्य होय या प्रक्रियेमध्ये मानव हाच एकमेव साधक या ठिकाणी अभिप्रेत आहे. अर्थात् गत जन्माच्या पुंजीवरच ॐकाराचे सांनिध्य प्राप्त होते. ते किती कमी अथवा जास्त हे मात्र त्या पुंजीवर अवलंबून आहे असे मात्र नव्हे.

कारण गतजन्मीची बुद्धीची पुंजी ही प्रस्तुतच्या जन्मात ॐकाराच्या जवळ जाण्यासाठी वेग निर्माण करण्यासाठी अतिशय उपयुक्त आहे. प्रारंभ कसा व्हावा हे मानवाच्या हाती आहे. त्यासाठी मार्गवांनी प्रयत्नबद्ध व्हावे म्हणजे झाले. त्याला जी गति प्राप्त होईल त्या गतीने त्याला ॐकाराच्या अधिक-धिक सान्निध्यांत जाता येते. अर्थात् अशा या ॐकाराला जाणणे आवश्यक आहे. त्याशिवाय त्याबद्दल प्रेम आणि तळमळ निर्माण होत नाही. अर्थात् या भांडवलाशिवाय त्याला पुढे जाताच येत नाही. म्हणून प्रथम या ॐकाराची ओळख आणि नंतर त्याची व्याप्ती माहीत करून घेतली पाहिजे, तरच त्या उपासनेला खरा वेग येतो.

३ नाद प्रवहन

ॐकार हा प्रवाहित आहे. एका ठिकाणी निर्माण झालेला ॐकाराचा नाद आणि तेज वर्गरेषा वेग फारच महान् आहे. त्या वेगाची गणना करता येत नाही सूक्ष्मातिसूक्ष्म अशा ॐकाराच्या स्थितीत निर्माण झालेला नाद एक परमाणुकाळात त्याच्या अत्यंत महान् अवस्थेपर्यंत जाऊन पोहोचतो. त्याप्रमाणेच त्याच्या तेजाचा प्रवाह देखील तितक्याच वेगाने जातो. अर्थात् या सर्वांचा कारणदेखील स्वतः ॐकारच आहे.

आपण एखाद्या गावाच्या जवळ असणाऱ्या नदीच्या परिमरात आलो तर आपणास असे दिसून येते की, त्या नदीच्या काठावर धुणे धुलारा धोंघी धुणे दगडावर आपटीत आहे. आपण लांब अंतरावर असल्याने ह्याची नुनि आपल्या डोळ्यांना प्रथम दिसते परंतु त्या क्रियेनून निर्माण झालेला जो नाद आहे तो मात्र आपणास कृति चढलेल्या क्षणानंतर काही क्षणाला ऐकू शकतो. याचे वैज्ञानिक कारण जपरी दृष्ट आहे. छवनीचा वेग प्रकाशाच्या वेगापेक्षा कमी आहे. प्रकाशाचा वेग एका सेकंदाला १,८६,००० मील किंवा २,९७,६०० किलोमीटर इतका आहे. त्या मानाने छवनीचा वेग फारच कमी आहे. अर्थात् छवनीच्या वेगाला जे माध्यम असेल त्यावर त्याचा वेग अवलंबून असतो. हवा हे छवनीच्या प्रवाहाचे महत्त्वाचे माध्यम आहे. अर्थात् त्या माध्यमाला जोडून अन्य माध्यमाची जर त्याला साय असेल तर त्याचा गति वाढते.

माध्यम	दर सेकंदास वेग	
१. तपमान ०° सें. ग्रे.	१०९० फूट	०.३३२ कि. मी.
(वापुडे १ अशास २ फूट याप्रमाणे तो वाढत जातो.)		
२ पाणी	५०४० .	१.५३६ "
३ पोलाद	१६,८००	५.१२१ "

पाण्याच्या आत जर आवाज केला तर तो १.५३६ किलोमीटर अंत-
रावर एक सेकंदात ऐकू जाईल. रेल्वेचे रुळ पोलादी असतात. ते जर एक-
मेकाला सांधलेले असतील तर त्या रुळांच्या एका जागी कान लावल्यावर
साधारणपणे ५ किलोमीटर दूर असणाऱ्या धावत्या गाडीच्या आवाजाचे
ज्ञान आपणास त्वरित होईल. याप्रमाणे पाहता ध्वनीला विजेची साथ प्राप्त
झाली तर त्या ध्वनीचा वेग आणखी वाढेल.

हंगलंडमध्ये बिगबेन नावाचे घडघाळ आहे. त्याचे टांले पाच मैलाच्या
परिसरात ऐकू येतात. अशी कल्पना केली की, या घडघाळापासून बरोबर
पाचव्या मैलाच्या सीमेवर आपले घर आहे. घरात रेडिओ आहे. दुपारी २
वाजण्याच्या सुमारास घडघाळाचे ठोके पडले. तेच रेडिओवरून ऐकविले
गेले तर बरोबर २ वाजता म्हणजे ज्या वेळी त्या घडघाळात हे ठोके प्रत्यक्ष
वाजले तेव्हाच ते पाच मैलावर असलेल्या आपल्या घरातील रेडिओवरून
देखील ऐकू आले. परंतु स्थानंतर काही वेळाने तेच दान ठास आपणास ऐकू
आले. आपणास घडघाळ बरोबर लावायचे असले तर ते रेडिओच्या ठोक्या-
प्रमाणे लावले तरच ते अचूक लावले जाईल. परंतु नंतर ऐकू घेणाऱ्या
ठोक्याप्रमाणे लावले तर मात्र ते काही सेकंद मागे लावले जाईल. यावरून
हे सहज ध्यानी येईल की, विजेच्या माध्यमाने हे ठोके त्वरने ऐकू येतात
म्हणजेच वीज हे अतीव गतिमान माध्यम आहे.

विजेच्या गतीपेक्षा मनाची गति अधिक आहे. परंतु मनाच्या गतीपेक्षा
कितीतरी पटीने अकाराची गति अधिक आहे. त्यामुळेच तो अत्यंत सूक्ष्म
अवस्थेत निनादित झाला तरी दुसऱ्या टोकापर्यंत त्याला पोहोचण्यास केवळ

एक परमाणुकाळाइतकाच वेळ लागतो. त्यामुळे साधकाने निर्माण केलेला ध्वनी हा अन्य साधकाच्या ठिकाणी तेव्हाच प्रादुर्भूत होतो. साधकाने भुवने कंठीने, पश्यन्ती वाणीने किंवा परावाणीने ॐकाराचे उच्चारण करताच त्या त्या वेळाने तो नाद अन्य साधकापर्यंत जाऊन पोहोचतो. अर्थात् अन्य साधक देखील त्याच पात्रतेचा असला पाहिजे. या वाणीने उच्चारणवाच्या ॐकाराचा नाद निरनिराळ्या वेळाने प्रसृत होतो. कारण वैखरीने जो उच्चार केला जातो त्याची कक्षा फारच अल्प आहे. परंतु त्यापेक्षा कंठ म्हणजेच मध्यमा, पश्यन्ती, आणि परा यांचे नाद एकापेक्षा एक अधिक गतिमान आहेत. परावाणीच्या पलीकडे सर्व प्राणवाचे साम्राज्य आहे. प्रणवाने प्रणवाचा केलेला उच्चार हा सर्वात गतिमान आहे. तो वेग अन्य कोणत्याही माध्यमाने साध्य होऊ शकत नाही. अर्थात् ही स्थिती इद्रियातीत असल्याने त्याचे अनुभव योगमार्गाने जाताना साधकाने जाण केलेल्या मनोवृत्तीप्रमाणे स्थाला ते समजू शकतात. ज्ञानेश्वरमहाराज ज्ञानेश्वरीच्या सहाव्या अध्यायात या अनुभावाचा एक अल्पसा उल्लेख करून जातात. 'स्वर्गाचा आलोक आहे। स्वर्गाची स्थिति' आणि अंतर यांचे माप अवाढव्य किंवा मानवी कजेच्या पलीकडे आहे. तरीदेखून त्या ठिकाणी राहणाऱ्या देवांची चाललेली कुजबूज पृथ्वीवर ऐकू येऊ शकते. ही क्रिया अन्य कोणत्याही माध्यमाने आवाक्यात येत नाही. परंपेक्षा आदक प्रभावी असलेल्या ॐकाराच्या गतीने मात्र ही गोष्ट साध्य होते. प्रणवी पृथ्वी प्रणवं निनादयेत् । या वचनात त्याचे सारसर्वस्व साठविलेले आहे

प्रणवाचा नाद केवळ एकच आहे. मग प्रणवाच्या गती देवाची कुजबूज कशी ऐकू येते असाहि एक प्रश्न आहे. शास्त्रीय गायनाचा किंचित विचार केला म्हणजे मातून काही भाग स्पष्ट होईल. पंटीला निरनिराळे स्वर बसविलेले असतात. त्यातील 'सा' म्हणजे कोणता स्वर असा विचारले तर त्याचे उत्तर गायकाच्या स्वरावर अवलंबून आहे. स्वरपट्टीतला पहिला स्वर म्हणजे 'सा' असे एकजण म्हणेल तर कोणी दुसरा अगर चौथा स्वर म्हणजे 'सा' म्हणेल. याप्रमाणे पाहिल्यास पंटीच्या स्वरपट्टीत असणारे अनेक स्वर 'सा' या स्थितीला पात्र होतील. मग सा ही स्वरस्थिति जर अनेक स्वरांची असेल तर 'सा' ची खरी स्थिति कोणती ? त्याप्रमाणेच

दीतल्या अन्य स्वरांची भिन्न नादस्थिति असता एकाच नामाने त्यांना संबोधिले जाते. याचा अगदी स्पष्ट आणि अल्पसा खुलासाच करावयाचा आला तर एवढाच करता येईल की, सर्वच स्वर-नाद म्हणून ज्याला म्हणतात तो ओंकारापासून निर्माण झालेला असा एकच आहे. मग तो स्वर कोणत्याही ठिकाणी जरी निर्माण झालेला आहे असे भासले तरी तो ओंकारोत्पन्नच आहे आणि एकच प्रकारचा आहे. तो एकच नाद केवळ शुद्ध आहे. अन्य नाद हे परिस्थिति सान्निध्य आणि निर्माण झालेले किंवा केलेले अनेकविध प्रकारचे अडथळे यांच्यावर अवलंबून आहे. खरे पाहिले तर हे सर्व विश्व या ओंकारापासून निर्माण झालेल्या एकाच नादाने व्याप्त आहे. परंतु त्या नादबहनात येणाऱ्या अनेक अडथळ्यांमुळे त्या नादाचे स्वरूप भिन्न होत जाते. हा नाद प्रवाही असताना पंचमहाभूतांचा पहिला अडथळा त्याला होतो. त्यामुळे या एकाच नादाचे पाच प्रकार ज्ञान्याचे दिसून येते. स्वामी विद्यारण्यांनी आपल्या पंचदशो नादां या प्रत्यक्ष पंचांतोळ पंचभूत-विवेक या पुस्तका प्रकरणात या अडथळ्यांमुळे पंचमहाभूतांचे नाद कसे प्रत्ययाला येतात ते स्पष्ट केले आहेत.

प्रतिध्वनिविधवल्लभो वायौ बीसीति शब्दनम् ।

अनुष्णाशीतसंस्पर्शो दन्तौ भृगुभृगुध्वनिः ॥ ३ ॥

संज्ञः स्पर्शः प्रभारूपं जले बुलुबुलुध्वनिः ।

शीतः स्पर्शः शुक्लरूपं रसो माधुयमीरितम् ॥ ४ ॥

भूमी कडकडाशब्दः काठिण्यं स्पश इष्यते ।

नीलादिकं चित्ररूपं मधुराम्लादिको रसः ॥ ५ ॥

(१) आकाशामुळे-प्रतिध्वनि, (२) वायूचा बीस् (३) अग्नीचा भृगुभृगु (४) पाण्याचा-बुलबुल (५) भूमीचा कडकड

याप्रमाणे एकाच त्या नादाचे ज्याप्रमाणे मध्ये आलेल्या अडथळ्यांमुळे पाच प्रकारचे नाद निर्माण झाले, याच पद्धतीने विश्वातल्या सर्व वस्तूच्या अस्तित्वामुळे निर्माण होणारे जे अडथळे आहेत त्यामुळे अगणित नाद निर्माण होतात. प्रत्येक नादाचे स्वरूप आणि वेग भिन्न भिन्न आहेत. याचा अनुभव आपणास आपल्या रोजच्या जीवनात देखील घेता येतो. नादाचे

स्वरूप भिन्न असल्यामुळेच आपल्या परिसरातील अनेक गोष्टींचे आपल्याला केवळ त्या त्या वस्तूच्या सानिध्यात निर्माण झालेल्या ना होऊ शकते. एखादे भांडे कुणीवरून खाली पडले तर त्याचा नाद निराळा भांड्यावर भांडे वादळले त्याचा नाद निराळा, जमिनीवरून भांडे सरले त्याचा नाद निराळा. थोकेळ्या भांड्यावर काठीच्या आघाताने केलेला नाद निराळा. भरलेल्या भांड्यावर केलेला नाद निराळा इतकेच नव्हे भांडे एकाच आकाराचे असले तरी धातुप्रमाणे देखील त्याचा नाद निराळा होतो. असा सर्व ठिकाणी अतिशय भिन्नत्वाने निर्माण होणारा हा नाद. प्रकाश कोणत्या मूळ सादाचा आहे त्याचा शोध घ्यावा लागेल. असा शोध घेतल्यास आपण अखेर ॐकारपर्यंत पोहोचू.

याप्रमाणेच अनेकविध सुरांनी बद्ध केलेली पेटी हे अशाच निरनिराळ्या नादांचे एकत्रीकरण आहे. त्या सर्व सुरांना विशिष्ट क्रमाने जरी नावे दिली असली तरी त्या क्रमात पहिल्या स्वराचे निश्चित स्थान कोणते हे ठरविणे मोठे अवघड आहे. पहिल्या क्रमांकाचा 'सा' हा स्वर निश्चित झाला म्हणजे बाकीच्यांचा क्रम अव्यक्त राहतो, पण मुख्य प्रश्न आहे तो पहिला क्रमांक कोणत्या स्थानी असलेल्या स्वराचा धाव्याचा ? अर्थात् गायक त्याचा पहिला स्वर ते आपल्या कंठातून निघणाऱ्या स्वरांशी सहमत होणाऱ्या आणि त्या स्वरापासून पुढे प्रदीर्घत्वाने प्रवाहित होणाऱ्या अशा स्थानाला देतात. म्हणजेच प्रत्येक गायकाचे पहिल्या स्वराचे स्वरूप अगदी भिन्न आहे. याप्रमाणे अनिश्चितता निर्माण करणाऱ्या या स्वराचा शोध घेण्याचा जर प्रयत्न केला तर त्याचे मूलस्वरूप ॐकारांत सापडते. कारण ॐ च्या नादाचेच हे अनेकविध प्रकार आहेत हे मान्य करावे लागते.

या नादाचे परिणाम जीवित सृष्टीवर होत असतात. म्हणजेच या नादांचा आघात प्राणिमात्रावर होत असतो. नादाच्या आघातामुळे प्राण्यांच्या हालचालीत देखील काहीसा फरक पडतो आणि त्याची जाणीव त्यांच्याकडे अत्यंत सूक्ष्मपणे पाहणाऱ्याला तेव्हाच होते. या सिद्धांतासाठी पनवेल येथे राहणाऱ्या श्रीयुत नाठल्ये नावाच्या एका शास्त्रविशारदाने एक मजबूत प्रयोग केला. पावसाळ्यात निर्माण होणाऱ्या गोगलगाईवर या नादाचा

परिणाम होतो ही गोष्ट यांच्या लक्षात आली होती. त्यामुळे त्यांनी एकूण बावन्न गोगलगाई पकडून प्रत्येक डबीत दोन याप्रमाणे सव्वीस आता त्या ठेवल्या. प्रत्येक डबीवर A पासून Z पर्यंत क्रमाने अक्षरे लिहिली. त्यानंतर त्यांनी A डबी उघडून त्यातील गोगलगाईंना एकत्र एकठांवी एकच वेळी स्पर्श केला. त्याबरोबर त्या गोगलगाईं ज्येष्ठ वक्र होत. त्यांनी प्रत्येक डबीच्या बाबतीत असेच करण्यास सुरुवात केली. पुढे पुढे तर केवळ अक्षरांच्या उच्चारबरोबर त्यामध्ये हालचाल होऊ लागली. इतके झाल्यावर त्यांनी दुसऱ्या सव्वीस डब्या घेऊन प्रत्येक डबीतील एक गोगलगाई त्याच नावाच्या डबीत ठेवून ती बंद केली. नंतर त्या सर्व सव्वीस डब्या दुसऱ्या खोलीत नेऊन ठेवल्या. एका खोलीत बसून त्यांनी एक एक अक्षर उच्चारण्यास प्रारंभ केला. त्याबरोबर त्या त्या अक्षराच्या डबीतील गोगलगाई मॅहमीप्रमाणे हालचाल करू लागली. त्याच वेळी दुसऱ्या खोलीत ठेविलेल्या त्याच अक्षरांकित गोगलगाई तीच हालचाल करू लागली. याप्रमाणे त्यांनी निरनिराळे शब्दांचे वर्ण उच्चारून गोगलगाईंच्या होणाऱ्या हालचालीवरून दुसऱ्या खोलीतल्या माणसाला ते ते वर्ण लिहून घेण्यास सांगितले. आश्चर्याची गोष्ट अशी की, एका खोलीत जे वर्ण उच्चारले गेले बरोबर त्याच वर्णाची नोंद दुसऱ्या खोलीत केली गेली. पुढे त्यांनी हे खोल्यांतील अंतर वाढविण्यास प्रारंभ केला. तरीपण क्रियेत मात्र बदल घडला नाही. अखेर त्यांनी या डब्यांच्या एक गट मुंबईस आपल्या नातेवाईकांकडे नेऊन ठेवून दुसरा पनवेलला घेऊन देवला. एक संदेश तयार करून त्यातील शब्दांचे वर्ण आपल्या दस्तऐवज गोगलगाईंच्या समोर उच्चारले. तेव्हा त्यांची जी हालचाल झाली तशीच हालचाल मुंबईच्या गोगलगाईंची झाली त्यांच्या नातेवाईकांनी त्यांच्या हालचालीवरून उतरून घेतलेल्या अक्षरांतून तयार झालेला संदेश पनवेलला पाठविला. तो मूळच्या संदेशाशी पूर्णपणे जुळला.

या प्रयोगावरून प्रत्येक वस्तूवर नावाचा परिणाम होतो आणि तो परिणाम अदृश्यतामुळे गोचर होऊ शकतो असे सिद्ध झाले. याच प्रक्रियेचा अधिक विचार केला तर स्वर्गात राहणारे देव आणि पृथ्वीवर राहणारा मनुष्याचा साधक यांचे दळणवळण उत्तम प्रकारे चढू शकते. साधकाच्या

अंतयात निर्माण झालेला अंकाराचा नाद अंकाराच्या गतीने प्रसृत लागला म्हणजे तो स्वर्गाच्याहि पलीकडे वेगाने जातो. त्याचवेळी त्या नाद निर्माण झालेला देवांच्या शब्दचर्चेच्या आवाजाचा या एकवाही नाद अडथळा होतो. त्यामुळे साधकांना त्यांच्या त्या ध्वनीचे उत्तम प्रकारे जाणवते. देवांची चर्चा साधकांना असल्या ठिकाणी समजू शकते. अर्थात अंकाराची अशा प्रकारे प्रसृत होत असता ती अनेक अडथळ्यांना स्पर्श करीत कारण तो ज्या माध्यमातून प्रवाहित होईल त्या माध्यमातमुद्धा अनेक अडथळे किंवा अडथळे वस्तु आहेत. त्यांच्यावर आदळलेल्या नादाचा प्रत्यय साधकांना येऊ शकेल. या वेळी अशी जंकाह येण्याची शक्यता आहे की, इतक्या वस्तूंना अंकाराचा नाद स्पर्श करून जात असता सर्व वस्तूंतून निर्माण झालेल्या नादांमुळे एकच हलकलेला साधकांना ऐकू येईल. त्यामध्ये हा नाद अमूक आणि हा नाद अमूक म्हणून ओळखणे अतिशय कठीण आहे. जसे असतांना केवळ देवांच्याच चर्चेचा नाद ऐकू येईल असे नाही. परंतु यावेळी हे लक्षात ठेवले पाहिजे की, हा नाद ज्या वेळी साधकाकडे येतो तेव्हा त्याच्या मनाने आणि सिद्धप्रज्ञेने त्याला प्रतिसाद दिला पाहिजे तरच त्याला तो नाद यथायोग्य ऐकू येईल अन्यथा नाही.

एखाद्या मोठ्या कारखान्यात अनेक यंत्रे गतीने फिरत असता अवांछित नाद होत असतो. त्या यंत्रांचे चालक त्या ठिकाणी काम करीत असतात. प्रत्येक यंत्राचे काम निराळे त्याचा वेग निराळा आणि त्यामधून निर्माण होणारा नाददेखील निराळा अशा अनेक नादांचे एक महान् संमेलनच त्या ठिकाणी भरलेले असते. त्या कामगारांच्यावरती देखरेख करणारे अनेक तज्ज्ञ त्या कारखान्यात असतात. ते एक वेळ इकडून तिकडे फेरी मारतात आणि फेरी करता करता एखाद्या यंत्राजवळ ते अचानक थांबतात त्या ठिकाणी काम करणाऱ्या कामगाराला सांगतात, यंत्र बंद कर. या यंत्राचा अमूक भाग नादुस्त झालेला आहे. तो काही वेळात कायमचा निरुपयोगी होऊन यंत्र बंद पडेल किंवा त्याचा आघात सबंध यंत्रावर होऊन या यंत्रांमुळे होणारे जे उत्पन्न आहे ते बंद पडेल. फार मोठा तोटा त्यामुळे सोसावा लागेल. तेव्हा या यंत्राचा तो भाग तातडीने दुरुस्त करावा. त्या बरिष्ठांच्या आज्ञेप्रमाणे कामगार जेव्हा त्याच्या समोरचे यंत्र बंद करून तपासतो तेव्हा

त्या यंत्रज्ञानि सांगितलेला दोष त्या यंत्रात निर्माण झाल्याचे लक्षात येते. ज्या यंत्रातील विकृति केवळ नादाच्या माध्यमाने एकाला समजली ती दुसऱ्याला प्रत्यक्ष पाहिल्यावर कळली. या सर्व क्रियेत एकच आढळून येईल की, इतके अनेकविध नाद एकाच वेळी कानावर येत असता दोषसूचक नाद कोठे ऐकू येतो का या गोष्टीकडे त्या यंत्रज्ञाने आपले मन आणि सूक्ष्म बुद्धी केंद्रित केली होती. त्यांच्या अन्य इंद्रियांचे व्यापार नेहमीप्रमाणेच चालू होते. तरी देखील ज्या विषयावर मन आणि बुद्धी त्याने केंद्रित केली त्या विषयाचे ज्ञान त्याला झाले विशेषेकरून आणि स्वरेने ते ज्ञान प्राप्त होताच तो स्थूल परिणाम ग्रहण करणाऱ्या इंद्रियाकडे येतो आणि मगच त्याच्याकडून कापणाराला योग्य त्या सूचना दिल्या जातात.

आंतरराष्ट्रीय कीर्तीचे स्वापत्यशास्त्रज्ञ म्हणून त्यांचा गौरव केला जातो त्या श्रियुक्त विश्वेश्वरय्या यांच्या बद्दल एक सत्य घटना सांगितली जाते. एकदा ते रेल्वेच्या प्रथम वर्गाने प्रवास करीत होते. ज्या मार्गावरून ते प्रवास करीत होते त्या मार्गावरील ती गाडी अतिशय वेगाने धावत होती. त्यावेळी गाडीच्या इंजिनाचा, रुळांच्या घर्षणाचा आणि सांध्यावरून गेल्याने निर्माण होणारा कर्कश आवाज कानी येत होता. शिवाय बाहेरील बारा गाडीच्या डब्यात आल्याने निर्माण झालेल्या माताची त्यात भर पडतच होती. प्रवास लांबचा असल्याने ते एका ग्रंथाचे वाचन करीत होते. अन्य काही सहप्रवासी त्यांच्या गमोर वमून पत खेळता खेळता गप्पा करीत होते. मध्येच ते एकदम उठले आणि धाईवाईने त्यांनी साखळी खेचली. भरवेगात असलेली गाडी एकदम थांबली. साखळी खेचून झाल्यावर विश्वेश्वरय्या पुन्हा आपल्या ग्रंथवाचनात रंगून गेले या गृहस्थांची ही कृती पाहून जवळच्या लोकांना तो वडाचार वाटला. पण असे का म्हणून विचारल्याचे घाडस मात्र त्यावेळी कोणालाच झाले नाही.

एवढ्यात गाडीचा गाई त्यांच्या डब्यात आला आणि साखळी कोणी खेचली म्हणून चौकशी करू लागला. तेव्हा विश्वेश्वरय्यांनी आपल्या समोरचे पुस्तक दूर करीत वमूनच अगदी शांतपणे उत्तर दिले...

साखळी मी ओढली.

असं काय कारण घडलं की आपल्याची घोका वाटला आणि आपण साखळी खेचलीत ? कारण अकारण साखळी खेचल्यास त्याला शासन आहे मला वाटतं आरण्यात हे सर्वकाही ज्ञात आहे...गाई.

होय, आणि म्हणूनच मी साखळी खेचली.

मग नियमाप्रमाणे दंडाची रक्कम भरा.

पण त्यापूर्वी आपण ही गाडी याच ठिकाणी थांबवून मॅलभर रुळाच्या कडेने चालत गेलात तर मी साखळी का ओढली आणि गाडी का थांबविली ते समजू शकेल. तुम्हाला घोक्याचे असे काहीच आढळले नाही तर तुमची दंडाची रक्कम भरण्यास मी तयार आहे.

विश्वेश्वरय्यांचे भाषण ऐकून गाईने जरा नम्रपणे विचारले...

आपणास एक मैलावर काय स्वरूपाचा घोका जाणवतो.

तेव्हा विश्वेश्वर, यांनी त्याला सांगितले की एक मैलाच्यापुढे काही मागात रुळच नाहीत जा पाहून या.

त्यांचे हे आत्मविश्वासपूर्वक दिलेले उत्तर ऐकून ती गाई स्तब्ध झाला. अखेर गाडी तिथेच थांबवून तो, इजिप्शियन्हर आणि गाडीतील विश्वेश्वरय्यांचे सहप्रवासी तेथून चालत निघाले. एक मैल अंतर पूर्ण होण्याच्या पूर्वीच त्यांना अन्ने आढळून आले की जवळ जवळ अर्धा फली-गाच्या मार्गातील रुळ कापा उडून फेकून दिले आहेत. ते दृश्य पाहून ते सर्व आश्चर्याने थरक झाले. ते परत आले आणि विश्वेश्वरय्यांची त्यांनी क्षमा मागितली. इतकेच नव्हे तर गाडीतील सर्वच उतरांनी आपले प्राण वाचविल्यावद्दल त्यांना अनेकवार धन्यवाद दिले.

विश्वेश्वरय्यांच्या या गोष्टीचा संदर्भ एवढ्याचसाठी उद्धृत केला की ते आपल्या स्थापत्यशास्त्रात अत्यंत निष्णात होते. प्रत्येक वस्तूचे आणि तिच्या नादाचे सूक्ष्म आकलन त्यांनी केले होते. त्यामुळे कितीही गडबडीत असतांना सुद्धा प्रवासामध्ये बदललेला गाडीचा आवाज इतरांपेक्षा त्यांना निराळा वाटला. त्या नादाकडे त्यांचे लक्ष वेधले आणि त्यातून कोणत्या परिणामाचा हा प्रकार आहे ते त्यांनी स्वरेने जाणले. नित्य प्रवासामध्ये

परिचित असलेला नाद सुखद वेगळा असतो परंतु त्यात किंचित बदल घडताच दुःखद घटना कुठेतरी घडणार आहे किंवा तिचे स्थळ जवळच कोठे तरी आहे याचे निदान त्यांनी लगेच केले. ज्याप्रमाणे चांगले काय ते कळले म्हणजे वाईटाचा उकल निराळा करवा लागत नाही. त्याप्रमाणे दुःखद प्रवासाचा विचार त्यांना वेगळा करावा लागला नाही. किंचित वेगळ्या आलेल्या त्या नादाकडे त्यांचे मन आकर्षित झाले आणि त्याच्या मागोमाग बुद्धी देखील त्याच ठिकाणी जाऊन आपले काम करू लागली. त्याबरोबर लगेच निर्णय घेता आला. हा बदललेला नाद अमूक इतक्या अंतरावर अस-
णाऱ्या विवृत घटनेचा किंवा प्रस्तुतच्या सुराशी विसंवादी होत असलेल्या सुराचा आहे. याप्रमाणेच एका काराबरोबर जो नाद निर्माण होतो त्या नादाच्या प्रवाहात निर्माण झालेल्या अडथळ्यामुळे निर्माण झालेला अन्य कोणताही नाद हा विसंवादी असतो. अर्थात त्यामुळे त्याचे ज्ञान जाणका-
राला तेव्हाच होते. तो जाणकार जर त्यात अधिक प्रवीण असेल तर चूक कोठे आहे याचे विश्लेषण तो करील.

त्याप्रमाणेच ज्या ठिकाणच्या नादाचे स्वरूप स्पष्ट व्हावे असे साध-
काला वाटेत त्या नादाचे आणि स्थळाचे चिंतन करताच त्याची विचारंगती वाढते. त्याबरोबरच त्याची बुद्धीही प्रवास करते. त्यामुळे विशिष्ट स्थळी निर्माण झालेला नाद कायम स्वरूपाचे आहेत. ते स्थळा लगेच कळून येईल. मन आणि काराबरोबर प्रवास करणारी बुद्धी ज्या मानाने उच्चस्तरीय असेल त्या मानाने त्या साधकाच्या बुद्धीला अधिक लांबपर्यंत किंवा स्थल कालाच्या मृशम अथवा महान सीमेपर्यंत अवदी अरुद्धपणे जाता येईल.

अष्टांग योग, राजयोग, हटयोग, भक्तियोग वगैरे महान योगांच्या मार्गाने सामान्य साधकाला सुद्धा फार मोठी अवस्था प्राप्त करून घेता येते. असे जे साधक असतात ते प्रणवाचीच उपासना करीत असतात. पण आपण प्रणवोपासना करीत असतो किंवा नाहीत याचे ज्ञान मात्र त्यांच्याजवळ नसते. हे सर्व प्रकारचे योग साध्य करावयाचे म्हणजे केवळ प्रणवाचीच साधना आहे. प्रणवाच्या उपासनेशिवाय अत्यंत सूक्ष्म किंवा अत्यंत महान अशा वस्तूचे ज्ञान कधीही प्राप्त होत नाही. म्हणूनच ज्ञानेश्वर महाराज

या योगाने साधकाला साध्य होणाऱ्या दशांचे उत्कृष्ट वर्णन करतात. जेव्हा सामान्य माणसाला ती चमत्कृती वाटते. म्हणून ज्ञानेश्वर महाराजा आपल्या समोरच्या श्रोत्यांना या साध्यांची ओळख करून देताना सिद्धी म्हणून ओळख करून दिली आहे.

मग समुद्रापलादी देखे । स्वर्गाचा आलोचु आइके ।

मनोगत ओळखे । मंगीयेजे ॥ भा. ६-२६९

पवनाचा वारिका वळखे । चाले तरी उडकी पाऊल न लागे ।

येणे येणे प्रसंगे । येतो बहुता सिद्धी ॥ २७०

मग असा साधक समुद्राच्या पलीकडेचे पाहू शकतो. स्वर्गातील देवांची विचारचर्चा ऐकू शकतो. मंगीच्या मनात काय चालले आहे तेही त्याला ओळखता येते. वाऱ्याचा बाहुनासारखा उपयोग करतो, पाण्यावरून सुद्धा तो चालत जातो, त्याचे पाऊल पाण्यात बुडत नाही. या आणि अशा प्रकारच्या अनेक सिद्धी असा साधकाला प्राप्त होतात.

४ तेजरूपता-

नादाच्या माध्यमाने ज्याप्रमाणे साधक प्रणवाने भरून राहिलेल्या विश्वाचा आढावा घेवू शकतो त्याप्रमाणे ऐकलेली प्रत्येक गोष्ट तो पाहूही शकतो कारण अकार हे या विश्वातील पहिले तेज आहे. तेजाचे माध्यम आपणूनच साधकाला अकाराच्या तेजाचे आकलन करावे लागते. सूर्य हा तेजाचा गोल आहे. तो कसा पहावयाचा असे विचारले तर त्याचे उत्तर असेच द्यावे लागेल-

सूर्ये सूर्येचि पाहावा

किवा

नाना सूर्य प्रकासे । प्रकटी ते अक्ष भासे ।

तो लोपला हेही दिसे । सूर्येची की ॥ भा. १४-१३२

सूर्याच्या समोर आलेले दग आपणास दाखविण्याचे कार्य सूर्यच करतो आणि दगानी सूर्य झाकून टाकला आहे हे पण आपणास सूर्याच्या प्रकाशा-मुळेच दिसते. त्याप्रमाणे प्रभव पहावयाचा असेल तर तो आपणास प्रण-वाच्या तेजानेच पहावा लागेल.

महाभूतांपैकी तेज म्हणून ज्याचा उल्लेख केला जातो ते. ॐकाराचे प्रातिनिधिक स्वरूप आहे. या तेजाची महती सांगताना स्वामी विद्यारण्यांनी भानवांना आकलन होणाऱ्या तेजाचे स्वरूप जे अग्नी त्याचे वर्णन आपल्या पंचदशोमध्ये केले आहे. ते म्हणतात- 'उष्णः स्पर्शः प्रभारूपं' या तेजाचा स्पर्श उष्ण असा असून त्यातून तेजकिरण बाहेर पडतात. अर्थात हे वर्णन म्हणजे तेजाचे सर्व वर्णन मात्र नव्हे कारण चंद्रालासुद्धा तेज आहे पण त्या तेजाचे वर्णन करावयाचे झाल्यास 'शीतस्पर्शः प्रभारूपं' असे करावे लागेल. यावरून हे लक्षात येईल की तेज हे एकच प्रकारचे नाही. नादाप्रमाणे त्याची देखील अनेकविध स्वरूपे या विश्वाच्या पसाऱ्यात आहेत. या विश्वाच्या अवाढव्य परिसरात असा एकही पदार्थ नाही की ज्याच्या अंतरंगात अग्नीचे अस्तित्व नाही. प्राणी, पाणी, वनस्पती दगड, भूमी किंवा अन्य अनेक प्रकारचे रस यांचा अग्निशी चांगल्या प्रकारचा संबंध आहे अर्थात प्रत्येक पदार्थात असणारे अग्नीचे तेज हे एकच प्रकारचे असेल असे मात्र नाही. पाण्यातील तेज निराळे, भूमीत असणारे तेज निराळे तर प्राण्यांमध्ये असणारे तेज निराळे. या तेजाच्या अस्तित्वामुळेच पदार्थ गोचर होनात. पदार्थाचे दिसणे हा ईश्वराच्या सत्तेचा विलास आहे तो विलास बाजूस केल्यास उर्वरित असणारे ईश्वरत्व आहे.

अग्नी ऐसे आहात । तेजा नामाचे आहे कवच ।

ते परीते केलिया साच । निजतेज ते भी ॥ ज्ञाने ७-३६

असे ज्ञानदेवांनी ज्ञानेश्वरीत प्रतिपादन केले आहे. तेजाची जी अनेकविध स्वरूपे आहेत त्यांचे देखणेपण बाजूला केल्यावर मूळ तेजाशी दृष्ट्याचा संबंध येतो. हे तेज म्हणजेच ॐकार होय.

माणे या विश्वाच्या व्याप्तीची कल्पना देताना असे निवेदिले होते; की या विश्वाच्या पसाऱ्यात अशा एक सहस्र सूर्यमाला अस्तित्वात आहेत. या सूर्यमालांचा निर्धत्ता सूर्य आहे. असे सहस्र सूर्य या विश्वाला प्रकाशित करतात. परंतु आपणास दिसणारा सूर्य हा मूळच्या तेजोरूप अशा सूर्याचे प्रतिबिंबित रूप आहे. पावसाळ्याच्या दिवसात पाऊस पडून गेला की निर-

निरालया ठिकाणी असणाऱ्या वाच-खळ्यांत पाणी साठते, हे सर्व खळवे एकाच आकाराचे नसतात परंतु त्यात पडणाऱ्या सूर्याचे प्रतिबिंब सूर्य एकच प्रकारचे असते. त्या वाऱ्याच्या पृष्ठभागावरून परावर्तित होणारे विवाचे तेज दिसू शकते. अनेक ठिकाणी जरी प्रतिबिंबे असली तरी ती ज्या सूर्याची आहेत तो सूर्य मात्र एकच आहे. डबक्यात जोपर्यंत पाणी आहे तो पर्यंत हे प्रतिबिंब अस्तित्वात राहू शकेल. पाणी संपले की प्रतिबिंबदेखील सधाम जाईल. यावरून असे निश्चित विधान करता येईल की, प्रतिबिंब नाहीसे झाले म्हणजे मूळचे बिंब देखील नाहीसे होते अने मात्र नव्हे ते तनेच असते. त्याचप्रमाणे या जगाच्या उत्पत्तीबरोबर निर्माण झालेल्या या सूर्याला कधी काळी नाश हा ठेवलेलाच आहे. कारण आप-त्याला दिसणारा सूर्य एक तर मूळच्या सूर्याचे प्रतिबिंब आहे. ते ज्यामध्ये पडले आहे ते आकाशाच संपले म्हणजे त्याबरोबर हे प्रातिनिधित्व दिव देवीला लयास जाईल. शिवाय ज्ञानेशाच्या सिद्धांताप्रमाणे हे दिसणारे प्रात-निधित्व बिंब उत्पन्न झाले असल्याने ते खात्रीने केव्हातरी लयाला जाणारंय. या सर्व कृतीमध्ये मूळच्या तेज-बिंबाला मात्र कधीही धक्का लागत नाही. ते तमंच राहते. याच तेजाला श्रीहरीचे तेज असे ज्ञानदेवांनी सद्योद्यत्याचे मागे पाहिलेच आहे श्रीहरीच्या तेजाचा वाचक प्रणव आहे म्हणून, हे ज्ञान तेज जन्म न पावणारे असल्याने प्रणवाचे आहे. नव्हे तर हे तेज सधामच तो मूळमातिसूक्ष्म आणि महतो महीयान असा अकार आहे.

प्रणवाचे हे महान तेज चर्मचक्षूंनी पाहता येत नाही कारण या तेजाचे क्षमता मर्यादित आहे. विशिष्ट मर्यादेच्या बाहेर आपल्या क्षम-तांनी जाव नाही. इतकेच नव्हे तर निरनिराल्या आधुनिक विज्ञानाचा आशय वरून निर्माण झालेल्या कोणत्याही साधनांचा उपयोग केला तरी देखील निर्माण होणारी दृष्टी सीमित आहे त्यामुळे संपूर्ण विश्वाचा आवाका त्या दृष्टीला कधीच येता येणार नाही. परंतु या सर्व इंद्रियांना अकाराच्या स्पंदन आघातांनी सूक्ष्म आणि संवेदनात्मक करण्याचा प्रयत्न केला तर या सर्व इंद्रियांच्या मागे असलेल्या सर्व अंतर इंद्रियांना आगळे सामर्थ्य प्राप्त होते. त्या सामर्थ्यामुळे ती इतकी बलीमान होतात की या विश्वातील एकही गोष्ट अनाकलनीय म्हणून रहात नाही. कितीही दूर असलेल्या या विश्वा-

तील गोष्टी साधक पाहू शकतो किंवा त्या ठिकाणी त्याला आपल्या सूक्ष्म आणि प्रभावी इंद्रियांच्या मार्फत उपस्थित राहू. सर्व किंवा साक्षीत्वाने हाताळता येतात. परंतु प्रत्यक्षात मात्र तो कोठे जातही नाही आणि येतही नाही.

स्वामी शिवानंदांचे वास्तव्य एकदा भंगोत्रीच्या परिसरात असता अनेक लोक त्यांना भेटायला येत आणि आपल्या शंकांचे निरसन करून घेत. अशाच एका रात्रीच्या वेळी अनेक लोकांच्या समोर ते व्याख्यान करीत होते. व्याख्यानाच्या मध्येच एकदम ते म्हणाले— मी शिवानंदच बोलतो आहे. आणि पुढे व्याख्यान चालू झाले. परंतु ज्या दिवशीचे ते व्याख्यान कोणच्या शंकेचे उत्तर आहे ते कळेल. पुढे काही दिवसांनी जर्मनीमधील त्यांच्या एका शिष्याचे त्यांना पत्र आले. त्यात तिने लिहिले होते. स्वामी, तुम्ही माझ्या अभ्यासिकेत आलात. मी शिवानंदच बोलतो आहे असे तुम्ही म्हणालात आणि बोलू लागलात. त्यातला शब्द न शब्द मी लिहून घेतला आहे. त्याची टंकलिखित प्रत मी सोबत पाठविली आहे. आपण वाचून पाह्या. उतरून घेतांना माझी चूक होण्याची शक्यता आहे. आपण मला मार्गदर्शन करावे. त्यांच्या शिष्यांनी ते पत्र पाहिले. वाचले. तेव्हा त्यांना आढळून आले की, स्वामी त्या दिवशी जे काही बोलले तोच मजकूर या पत्रात होता. लोकांनी स्वामींना विचारले तेव्हा त्यांनी खुलासा केला की, मी या ठिकाणी तुमच्या-समोर बोलत होतो. त्यावेळी जर्मनीतल्या या विद्वानने मला तिच्या अभ्यासिकेत अभ्यास करीत असताना शंका विचारली त्या शंकेचे उत्तर मी तिला तेथे जाऊन दिले. ज्या साधकाची इंद्रिये अशी सूक्ष्म होतात त्याला कोण-त्याही विस्ताराचे आधिक्य वाटत नाही, मी तेथे तिच्या ज्ञानामुक्त बोलत होतो. परंतु हा स्थूल देह मात्र याच ठिकाणी होता आणि त्या देहाकडून प्रसृत होणारे शब्द तुम्ही ऐकत होता. ते व्याख्यान नव्हते त्या विदुषीची शंका निरसन करण्यासाठी मी बोलत होतो.

असेच आपणही एक उदाहरण घडले. इंग्लंडमधील विज्ञानाचा एक अभ्यासक भारतात आला होता. त्याला भारतीय साधू म्हणजे काय असते याचा अभ्यास करायचा होता. विज्ञान सर्वश्रेष्ठ आहे अशा मताचा हा अभ्यासक भारतात आल्यावर प्रत्येक साधूला भेटून आपण काय केले आहे

असा प्रश्न विचारू लागला. प्रत्येक साधूने आम्ही काही केले नाही असाच जबाब दिला. पुढे त्यावर आणि अनेक साधूंची उत्तरे ऐकून त्याची अशी खात्री झाली हे साधू दोंगो आहेत. असाच तो भटकत असता हिमालयाच्या बर्फाळ प्रदेशात साधूंच्या भेटीसाठी आला. प्रत्येक साधूला त्याचा प्रश्न तोच होता आणि त्याला मिळणारी साधूंची उत्तरे देखील तोच होती. जाता जाता पुढे त्याला एक गूहा लागली. त्यात एक साधू बसले होते. गूहेच्या दाराशी जाताच आतल्या साधूंचा बोलण्याचा आवाज त्याच्या कानी आला. तेव्हा त्याने नेहमीचा प्रश्न केला. तेव्हा तो साधू गूहेच्या बाहेर आला, आणि या परत्याला बंदन करीत म्हणाला—मी कोण काय करणार ? त्या साधूच्या अंगावर लंगोटी शिवाय काहीही नव्हते. बाहेर वर्फ पडून होती. या पाश्चात्य साधकाच्या अंगावर हिमरक्षक वस्त्रे होती. तो त्या साधूकडे पहात होता. त्याच्या कानावर 'मी कोण काय करणार ?' असे शब्द पडले. तो साधू पुन्हा कांठे निवून गेला ते त्याला कळवे देखील नाही. त्याला आश्चर्य वाटले. ज्या हिमाच्छादित प्रदेशात या उबदार कपड्यानिशी अल्प काळ सुद्धा थांबता येत नाही. त्या ठिकाणी हा साधू असा वस्त्राधिना कसा राहू शकतो ! तो पुढे मगेंच्या काठी आला. तेच थडीचे दिवस. सकाळची वेळ. त्याने इकडे तिकडे शोध करता करता एक साधू एका भव्य शिलातलावर बसलेले दिसले. तो त्यांच्या समोर गेला. त्या साधूला पुन्हा त्याने नेहमीचाच प्रश्न विचारला. तो प्रश्न ऐकून त्याने त्या परदेशीय सज्जनास बसण्यास मांगितले. तो बसल्यावर त्याला त्या साधूने नेहमीचेच उत्तर ऐकवले पण त्याबरोबर त्याने त्याला उलट प्रश्न केला की, आम्ही साधू काहीच करीत नाही. पण तुम्ही काय काय केले आहे ? त्याने विज्ञानाच्या अनेक शोधांचा उल्लेख केल्यावर त्या साधूने सांगितले हे ठीक आहे. तुम्ही पत्नी घरा वाट पहात आहे. तिला ताबडतोब पत्र लिहि. आणि पोस्टाच्या पेटी ऐवजी ते या कमंडलूत टाक. त्या साधूच्या सांगण्याप्रमाणे त्याने केले. अर्धा तास पुढे त्याची अन्य काही चर्चा झाली. चर्चा चालू असतानाच तो साधू म्हणाला ते पत्र काढ आणि पुन्हा एकदा नीट वाच. त्याने कमंडलूत हात घातला. पत्र बाहेर काढले. पाहिले तो मुळावी पाकीट आणि त्यावर त्याच्या पत्नीचे हस्ताक्षर. तो आश्चर्यचकित झाला. त्याने पत्र उघडले आणि वाचू लागला.

याच्या पत्नीने लिहिले होते. 'आपण ज्या एका भारतीय साधूला आपले पत्र पाठविले त त्याबरोबरच मी हे पत्र देत आहे. तो साधू आपल्या घरात आला तेव्हा रात्र होती पण दिवे लावावेत त्याप्रमाणे प्रकाश पडला. त्याने मलाचे उत्तर लगेच लिहून मागितले. मी तेच दिले आहे. मी नृकृतीच बाल्यी झाले. बाळ आणि मी खुशाल आहोत. भारतातील अभ्यास पूर्ण करून आपण लवकरात लवकर परत यावे.' ते पाहताच त्या साधूची त्याने माफी मागितली. हे कसे होते याचा खुलासा विचारला तेव्हा त्याने सांगितले, 'आम्ही साधूला काही करीत नाही. केवळ स्वतःचेच चिंतन करतो. जगाचा व्यापार आम्हाला कळत नाही. कारण तो व्यवहार फार मोठा आहे स्वतःच्या चिंतनामुळेच आम्ही जगू शकतो. त्या परदेशीयाने त्या साधूला लोटांगण पातले. तेव्हा त्याने सांगितले की ज्याला आत्मचिंतन करता येत तो जगात सर्व काही करू शकतो.

या सर्व दाखत्यांचा उद्देश एकच की नाद अग्नी वा तेज असो त्यांच्या सामर्थ्याच्या बेमाने ज्याची अंतर इंद्रिये सूक्ष्म झाली आहेत अशा साधकांना कोणत्याही ठिकाणची हालचाल त्याठिकाणी साधू राहून पाहून येते. ज्या तेजाने साधक दूरचे पाहू शकतो त्या तेजाला वाहेलून अग्नी नावाचे एक कवच आहे. या अग्नीच्याच प्रभावामुळे या सर्व विद्यांचा व्यापार चालतो. ते अग्नीचे स्वरूप विविध प्रकारचे आहे. दिवाण वाग्यान सर्वथ लावलेल्या आरशात ज्याप्रमाणे पाहाणाऱ्याचे विविध स्वरूप त्याच्या प्रत्ययाला येते त्याप्रमाणे सर्व वस्तुमध्ये या अग्नीचे विविध दाखत्ये आहेत ही विविधतेची साल बाजूला केली की अग्नीचे ज्ञान होते, परंतु अग्नी हे देखील एक कवच आहे. त्या कवच्याला दूर केले तर तेजाचे ज्ञान होते या तेजालाच ईश्वर म्हणतात.

अग्नी ऐसे आहाच । तेजा नामाचे आहे कवच ।

ते परीते केलिया साच । निजतेज ते मी ॥ जा. ७-३६

या अग्नीचे जे अग्नीपण आहे ते खरे पाहिले असता दाहक आहे. त्या दाहकतेमुळे पदार्थांचे आकारमान बदलते या अग्नीचे विविधपण या जगात कसे नटले आहे त्याचा खुलासा ज्ञानेश्वर महाराजांना आपल्या ज्ञानेश्वरीत केला आहे. प्राणीमात्रांच्या देहात अग्नीची सर्व स्वरूपे पाहावयास मिळतात, त्यामुळेच ते सांगतात की-

अगा देहीचा अग्नी जरी गेला । तरी देह नव्हे चिल्लू ओला ।

या देहात असलेला चठराग्नी, पाण्यात असणारा अग्नी, वनस्पती असणारा अग्नी ही एकच अग्नीची स्वरूपे आहेत. सर्वांच्या ज्वळत असणे दाहकता आहे. पाण्यात वडवानल नावाचा अग्नी आहे. तो खूपच दगड आहे. पाण्याचा एखादा प्रवाह चालू असता मध्ये एखांदा मोठा खडक वा पाणी त्यावरून जातांना अग्नी आपले दाहक वेष्टन त्या खडकावर पोवती लपेटतो. त्या खडकाचे स्वरूप प्रत्येक क्षणाला बदलू लागते. का दिवसांनी त्या ठिकाणी असलेल्या प्रचंड खडकाचे वाळूत रूपांतर होई. वाळूचे मातीत आणि मातीच्या कणांचे सूर्य किरणात दिसणाऱ्या सूक्ष्म रूपांतरांत रूपांतर होईल हे सर्व अग्नीचे सामर्थ्य आहे. मानवाला अतोव दुःखाले म्हणजे त्याच्या देहाचा दाह होना; त्याच्या डोळ्यातून पाणी येते गरम असते. परंतु त्यावळी त्याला अतिशय आनंद होतो तेव्हा देखील त्याच्या नेत्रातून अथू वाहतात आणि तेही गरमच असतात. त्याच्या प्रवाहांने डोळ्यांचे स्वरूप देखील पालटते. पाण्यातील अग्नी सामान्य लोकांच्या अनुभवाला येत नाही कारण त्याचे स्वरूप अगदी निराळ्या प्रकारचे आहे. त्याचे किंचित ज्ञान म्हणजे याच हेतूने वराल विवेचन केले आहे. कारण पाण्यात अग्नी असतो ही कल्पना सामान्य बुद्धीच्या क्षेत्रेत येत नाही.

पाण्यात ज्याप्रमाणे अग्नी असतो त्याप्रमाणे अग्नोमध्ये देखील शीतलता असते. शीत आणि दाहक अग्नी यांच्या एकत्रीकरणाने तेज जरी कायम राहिले तरी त्या तेजातील दाहकता मात्र पूर्णपणे नाहीशी होते. केवळ शीतलता हेच त्या तेजाचे स्वरूप राहते. या स्वरूपाचे उदाहरण म्हणजे आकाशात असणारा चंद्र आणि स्वर्णप्रकाशी असे ध्रुव, सप्तर्षीसारखे तारे. अर्थात ते देखील तेजाचे अग्नी या नावाने ओळखले जाणारे कवच आहे हे विसरून चालणार नाही. त्यामुळे हे कवच देखील अग्नी तेजाचे दर्शन घेताना किंवा अनुभव घेताना निश्चितपणे दूर करावे लागते. ते कवच दूर केल्याशिवाय ईश्वराचे किंवा अकाराचे तेज काय असते ते अनुभवायला मिळणार नाही. या मूळच्या तेजाचे स्वरूप विषद करण्यासाठी अग्नीचे स्वरूप प्रथम विषद करण्यात आले आहे. कारण जे आवश्यक नाही त्याची माहिती करून घेतली म्हणजे ते खात्रीने टाळता येते त्याप्रमाणे या अग्नीचे स्वरूप समजावून घेऊन ते टाकून दिल्यास खऱ्या तेजाचा अनुभव साधकाला येतो, कारण तो अकार आहे.

या अग्नीचे स्वरूप समजावे म्हणून अनेक विद्वानांनी प्रयत्न केले आहेत. त्यातल्या त्यात या अग्नीचे स्वरूप एका जाणकाराने दुसऱ्या तशाच ज्ञातव्य समजावून दिल्याचे आपल्याकडील उदाहरण म्हणजे कठोपनिषद् वाच्येवस नावाच्या एका ऋषीने विश्वजित नावाचा यज्ञ केला. या यज्ञात सर्व लौकिक वस्तूंचे दान करावयाचे असते. त्याप्रमाणे त्यांनी सर्व काही दान करून टाकले. नचिकेत नावाचा त्याला एक पुत्र होता. आपले वडील सर्व काही दान करीत आहेत हे पाहून त्याने आपण मला कोणाला देणार असा प्रश्न पुन्हा पुन्हा त्यांना केला. तेव्हा तुला मी मृत्यूला देणार आहे असे ऋषींनी सांगितले. वडिलांच्या आज्ञेप्रमाणे नचिकेत यमाकडे आला. यम बाहेर गेला असल्याने त्याला तीन दिवस यमाच्या दारात अन्न-पाण्यावाचून उपाशी बसून राहावे लागले. यम घरी येताच त्याला ही हकीगत समजली. तेव्हा तो धावत आला आणि नचिकेताची क्षमा मागून त्याला त्याने तीन वर दिले. यम घमंज होता. अतिथीचा अधिकार त्याला माहीत होता. त्याचा सत्कार झाला नाही. तो अपमानिला गेला तर आपले सर्व सुकुतर्वैभव तो घेवून जाईल.

जैसा अपमानिला अतिथी । ने मुकृताची संपत्ती । आ. १५-३६५

या भयाने त्याने त्याला तीन वर दिले. त्यापैकी एका वराने त्याने या अग्नीचे ज्ञान व्हावे असे मागणे मागिले.

स त्वमग्नि स्वर्गमध्येषि मृत्यो हूहिस्व अद्धानाय मह्यम् ।

कठो. १-१-१३

अनेक लौकिक शोभाची विलोपन. राखवून सुद्धा नचिकेत आपल्या वरापासून मूळीच ढळला नाही तेव्हा यमघर्षाने त्याला अग्नीचे स्वरूप सांगितले.

लोकादिर्मग्नि तमुवाच तस्मै या इष्टका यावतीर्वा यथा वा ।

कठ. १-१-१५

या सर्वांचे विवेचन या ठिकाणी करणे शक्य नाही. तथापि साधक आणि जिज्ञासू यांनी ते मूळ श्रुतीवरूनच समजावून घेणे श्रेयस्कर ठरेल.

कारण ते ज्ञात इतके सूक्ष्म आहे की केवळ शब्दाने त्याचा उहापोह येईलच असे नाही. कारण हा संपूर्ण भाग अनुभविण्याचा असल्याने मुळात सभजावून घेऊन त्याप्रमाणे साधना करावी म्हणजे अनुभव होईल.

तेजाने आकार धारण केला की त्याला अग्नी असे नाव प्राप्त होते. तो आकार धारण करीपर्यंत तेजाला व्यवहाराचे स्वरूप येत नाही. ते मूळचे तेज आहे ते तेज म्हणजे अकाराचे एक स्वरूप आहे. तेजाला मिळालेला आकार नाहीसा झाला की जे उरते ते शुद्ध तेज आहे. तेज हे देखील एक प्रकारचे कवच आहे. ते नाहीसे केले की प्रत्यक्ष अकाराचेच दर्शन घडते. अकाराच्या अस्तित्वापुढेच ते आणि अग्नी यांचे अस्तित्व आणि अकारामुळेच या दोघांचे व्यवहार घडू शकतात.

(५) वायुरूपता

तेजाप्रमाणेच वायू देखील अकाराची कृती आहे. गती हे वायूचे प्रमुख अंग. त्याला प्राप्त होणारी गती ही या अकारापामुळेच प्राप्त होते. अर्थात अकारामधून वायू एवढा जग पावला की तो अतीव गतीने सर्व विश्वाला व्यापून टाकतो. नाद किंवा अग्नी यांची जशी भिन्न स्वरूपे आहेत त्याप्रमाणे वायू देखील भिन्न भिन्न स्वरूपातून गोचर होतो. या वायूची प्रमुख अंगे पाच प्रकारची असून त्या रूपाचे आणखीही विदारण होत जाते. या एकेका प्रकाराने किंवा अग्न प्रकारांच्या मिश्रणाने विश्वाला जीवन प्राप्त होते. वायू नसेल तर दिव्याचे अस्तित्व राहणार नाही. सर्वत्र हाहकार उडेल. याचे चांगले घडलेले प्रमाण उदाहरण वाल्मिकी रामायणात आहे.

(वा. रा. उत्तरकाण्ड अ ३५ श्लोक ४८ ते ६५)

माहतीने सूर्यावर क्षेप घेतल्यावर इताने त्याच्यावर वज्र फेकले, त्या आघाताने माहती मूर्छित झाला. माहतीचा पिता वायू. तो त्याच्या सन्निध होता. मूर्छित पडलेल्या माहतीला त्याने ठकवले आणि तो पृथ्वीवर आला. त्याला एका गुहेत ठेवून त्याच्याजवळ तो बसला. गुहेचे दार त्याने बंद केले. वायू

स्थ बसल्याने जगाचे सर्व व्यापार एकदम धोक्यात आले. पुढे सर्वांनी वाकडे तक्रार केली व ते ब्रह्मादेवाला भेटले. त्याने इंद्राची कान उघाडणी केली सर्व देव वायूकडे गेले. त्याची क्षमा मागितली. वायु पुन्हा बाहू लागला. विश्वाचे जीवन पुन्हा मार्गी लागले.

यावरून या जीवित सृष्टीला वायूची किती आवश्यकता आहे याची कल्पना येण्याजोगी आहे. वायू हे मानवी जीवनाचे एक महान माध्यम आहे. जोपर्यंत सूक्ष्मातिसूक्ष्म वायू या शरीरात नांदतो तोपर्यंत प्राणी जिवंत आहे असे संबोधिले जाते. कोणत्याही प्राण्याच्या शरीरात हा वायू निरनिराळ्या रूपांनी नांदत असतो. या वायूचे प्राणादी प्रकार पाहिले म्हणजे या जीवित सृष्टिची व्यवस्था आपोआप लागेल. प्राण, अपान, व्यान, उदान आणि समान ही या वायूची रूपे आहेत. प्राणी स्वसन करतात तेव्हा नाकाच्या द्वारे शरीरात वायू घेतात आणि उच्छ्वसनाने वेळी तो बाहेर टाकतात. पण एवढ्यावरच हे काही धावत नाही. कारण नाकाच्या द्वारे वायू एकदा शरीरात गेला की तो सर्व शरीर व्यापून टाकतो. शरीरात तो विशिष्ट ठिकाणी आला असता त्याला विशिष्ट तऱ्हेचे नाव प्राप्त होते.

हृदि प्राणो गुदेऽपानः समानो नाभिमण्डले ।

उदानः कण्ठदेशे स्यात् व्यानः सर्वं शरीरतः ॥

वायु हृदयात अमनः त्याला प्राण असे म्हणतात. गुदस्थानी अपान, वेदीमध्ये समान, कंठात व्यान आणि व्यान हा शरीरभर पसरलेला असतो. त्या त्या स्थानात तो हा वायू प्राप्त झाला म्हणजे त्याचे कार्य त्या ठिकाणी चालू होते. वायूला विशिष्ट तऱ्हेच्या गतीची आवश्यकता असते. अशा तऱ्हेच्या अनेक गती ज्ञानेश्वरीत नमूद करण्यात आल्या आहेत.

तैसी क्रियाशक्ती पवनी । असे जे अनयायिनी ।

ते पडली नाना स्थानी । नाना होय ॥

जें वाचे करी येणें । तें तेचि होय बोलणें ।

हाता आली तरी घेणे । देण होय ।

अगा धरणाच्या ठायी । तरी गती तेचि पाही ।
 अधोद्वारीं दोही । सरणे तेचि ॥
 कंदोनि हृदयदरी । प्रणवाची उजरी ।
 करिता तेचि शरीरी । प्राणु म्हणिजे ॥
 मग उर्ध्वोचिया रिगितिगा । पुढती तेचि शक्ति पें गा ।
 उदानु ऐसिया लिगा । पात्र जाहली ॥
 अधोरेंधराचेनि वाहे । अपानु हे नाम लाहे ।
 व्यापकपण होये । ध्यानु तेचि ॥
 आरोगिजेनि रसे । शरीर धरी सरिते ।
 आणि न सांडिता असे । सर्वसंधी ॥
 ऐसिया इया राहटी । मग तेचि क्रिया पाठी ।
 समान ऐसी किराटी । दोसिजे गा ॥
 एक वायूची हे चेष्टा । एकीचि परी सुमटा ।
 सारंगतय पण्डा । येतसे जे ॥ १८-३३३ ते ३४२

या गतीना आ गती उरगती प्राप्त होऊन त्यांची कार्ये परिणाम स्पष्टपणे
 गोचर होतात. या सर्व गतींवर प्रणवाचे नियंत्रण आहे. जो वायू या शरीरात
 नांदतो तोच सर्व क्रियाला व्यापून राहतो. या वायूचे नियंत्रण मानवाला
 करता येते. या नियंत्रणात 'योग' अने संशोधनात. त्यामध्ये प्राण नावाच्या
 वायूचे गतिमानपणे शरीरात अक्षराने अधिक काळपर्यंत कसा राहील याचे
 समकालीन विज्ञानात

वायू	स्थळ	उपप्राण	कार्यस्थळ	कार्यपरिणाम
१) प्राण	हृदय	नाग	कंदद्वार	ऊंकर
२) अपान	मुदस्थान	कूर्म	नेत्र	उन्मीलन
३) व्यान	मर्वशरीर	कृकल	नाक	शिक
४) उदान	कंठ	देवदत्त	मुख	जामई
५) समान	नाभी	धनंजय	सर्व शरीर	हालवाल

अशी कल्पना केली की देवाने मनुष्याला ज्यावेळी जन्माला घातले ज्यावेळेपासून तो त्याच्या मृत्युपर्यंत असणाऱ्या मधल्या काळात या प्राणाच्या अस्तित्वामुळे या हृदयाचे किती स्पंद व्हावेत हे निश्चितपणे ठरविण्यात आले आहे. परंतु मनुष्याच्या हाती असे सामर्थ्य त्याने देऊन ठेवले आहे की ह्या हृदयस्पन्दांची मर्यादा जरी संस्थेने निश्चित असली तरी दोन स्पंदामधील अंतर वाढवून ती स्पंदसंख्या पूर्ण करण्यास लागणारा जो वेळ आहे तो त्याला अधिक वाढविता येईल,

समजा की, एका मनुष्याच्या जन्मापासून मृत्युपर्यंत एक कोटी स्पंद होईपर्यंत लागणाऱ्या वेळ तीस वर्षांचा आहे. पण कधी काळी या स्पंदनांमध्ये असलेले अंतर काही प्रयत्नांनी त्याला वाढविता आले तर बीस वर्षांमध्ये वाही काळाची भर पडेल. याप्रमाणे मानवाला जे शंभर वर्षांचे आयुष्य मिळाले आहे त्या आयुष्यात या प्राणांमुळे होणाऱ्या स्पंदनांना जर विश्रांती देऊन त्यांना तर आयुष्य वाढेल. चांगदेवामी याच प्राणावर ताबा मिळविला आणि केवळ शंभर वर्षांच्या आयुष्याचा काळ वाढविता वाढविता चौदावे वर्षांची मर्यादा त्यानी गाठली. त्यांनी जो प्रयत्न केला त्याला योगनाशन असे नाव आहे

या योगनाशनाने विदयांनी एकरूप होऊन निरनिराळे भोग भोगण्याचा त्यांना त्रास थांबवून देविला तर हेच शंभर वर्षांचे कालमान कमी होत जाईल. या योगनाशनाच्या ताब्यात आपण आहोत. तो प्राणी ज्यावेळी आपल्या ताब्यात येईल तेव्हा त्या प्राणाची आपण कधीही हाताळणी करू शकतो या ताब्यात जाण्याची तर आपल्या गुह्यघाता प्रार्थना करताना अनेक म्हटले जाते

प्रत्येक जातीची ओवाळणी । करिसी मनपवनाची खेळणी ।

आत्ममुक्ताची बाललेणी । लेवडीसी । हा. १२-६

मन आणि पवन-वायु यांच्या ताब्यात आम्ही असल्याने ते मन आपल्या वायू त्यांच्या इच्छेला येईल त्याप्रमाणे हे शरीर हालवीत असतात. ही प्राली सामान्य भाणसाची स्थिती. पण-ज्ञानेशासाराच्या योगसमृद्धाला मात्र मन आणि वायु ही केवळ आपल्या ताब्यात रहावीत असे वाटत नसून ती आपली खेळणी व्हावीत असे वाटते. एखाद्या लहान मुलाच्या हातात असणाऱ्या बाहुलीवर त्या मुलीचे सर्वतोपरी नियंत्रण असते. त्या मुलीला वाटले की या बाहुलीने आता झोपावे की लगेच ती त्या बाहुलीला झोपवते. थोड्या वेळाने तिला वाटले की या बाहुलीने आता बसावे तर ती मुलगी तिला बसवते. या सर्व व्यवहारात बाहुली ही त्या मुलीच्या ताब्यात असते. त्या प्रमाणे ज्ञानेश म्हणतात की मला वाटले की मनाने या ठिकाणी स्वस्थ बसावे की ते लगेच स्वस्थ बसते. वायूने शरीरात ये जा करू नये. बाहेरच थांबावे किंवा आत नेलेल्या वायूने बाहेरच येऊ नये तर तो वायू त्याच ठिकाणी राहतो. जे गोष्ट ज्ञानेश आपल्या ज्ञानवेवीत कथन करतात ती 'आधी घेले मग सांगितले' या नियमाला अनुसरून आहे. त्यामुळे अपवाद, हांका, सचच या गोष्टींना या ठिकाणी मुळीच थारा नाही. जे ज्ञानेशांनी सहजपणे सांगितले ते सामान्य साधकांना साधता याचें म्हणून प्रयत्न केला तर ही योगसाधना शक्य आहे. परंतु ही साधना मात्र अवघड म्हणून सांगितली आहे.

म्हणानि योगाचिया वाटा । ज निघाले या सुभटा ।

॥ ५ ॥ ताचाचि वाटा । भाषा आळा ॥ ज्ञाने. १२-६९

यांशहा हा वायु ज्याच्या प्रेरणेने बाहूतो, निरनिराळ्या क्रिया घडवितो त्या प्रणवाची कास धग्ली तर ही दशा जीवाला आपोआप प्राप्त होईल. कारण सूक्ष्मातिसूक्ष्म किंवा महूतोमहूयान असे जे वायूचे स्वरूप आहे ते सर्व ॐकारात समाविष्ट आहे. त्यामुळे केवळ ॐकाराचे ज्ञान करून घेतले की या सर्वांच्या सोमा साधकांना आपोआप गोचर होऊ लागतात.

या सर्व विवेचनावरून असे निश्चित अनुमान काढता येईल की या सर्वांचा अंतर्भाव एका प्रणवात आहे. म्हणजेच प्रणव ही प्रेरणा आणि सीमा आहे. तसे पाहिले तर आकाश, वायु, तेज, जल आणि पृथ्वी ही सर्व पंचमहो-
 भूत त्यांच्या स्वतःचे अस्तित्व किंवा गती नाही. ती त्यांना अन्य शि-
 ष्यांवरून प्राप्त होते. हे स्थान म्हणजे अकार होय. या वादतीत
 तैत्तिरीयसंहिता तृतीय खंड १७।४ मध्ये एक उत्कृष्ट कथा प्रसंग कथन कर-
 त्यान आला आहे.

प्रणव हा ज्याचा वाचक शब्द आहे असे वक्ष्य एकदा आकाशाला आले.
 ते पाह आहे म्हणून अग्नी आणि वायु त्याच्या खवळ गेले. तेव्हा त्या ब्रह्माने
 या विचारले तू कोण आहेस ?

मी ज्ञानी आहे. मला जातवेद असेही म्हणतात.

तुला कोणत्या प्रकारचे सामर्थ्य आहे ?

सर्वं ब्रह्मेयं यद्विदं पृथिव्यामिति ।

या पृथ्वीवर जे जे काही आहे त्या सर्वांना मी जाळू शकेन.

तेव्हा त्या ब्रह्माने त्या अग्निच्या पुढे एक गवताची काडी ठेवली
 आणि म्हणजे, एतद् दहेति । याला जाळून टाक.

ज्याने आपले सर्व सामर्थ्य पणाला लावले परंतु त्याच्या काडी पणाला
 जाळी नाही जाळता आली नाही. तेव्हा तो परत फिरला. ते पाहून वायु
 पेट सरमावला आणि ब्रह्माच्या समोर येऊन स्तब्ध झाला.

अग्नी प्रमाणेच ब्रह्माने वायूला विचारले.

तू कोण आहेस, तुझे सामर्थ्य काय ? ते मला सविस्तर सांग.

ब्रह्माचा प्रश्न ऐकून वायू गवनि म्हणाला- मी वायू आहे. मला
 मानरिश्वा म्हणून संबोधतात. या पृथ्वीतलावर जे पदार्थ किंवा ज्वाला

वस्तू अशी संज्ञा आहे ती वस्तू ग्रहण करजे, दूर ठकलणे, किंवा हलविणे यांपैकी कोणतीही क्रिया करण्याचे सामर्थ्य माझ्या अंगी आहे.

वायूचे ध्वरण ऐकून ग्रहाने त्याच्यापुढे एक गवताची काडी ठेविली, आणि वायूला म्हणाला, 'हे वायो, ही गवताची काडी तू आकर्षित करावीस.'

ग्रहाच्या म्हणण्यास मान देऊन वायूने ती काडी ग्रहण करण्याचा प्रयत्न केला पण ती काडी जापची मुळीच हलेना. तेव्हा वायूने आपले सर्व सामर्थ्य एकवटले आणि ती काडी हलविण्याचा प्रयत्न केला. परंतु तरीही त्याला ती काडी रेंसभरमुढा हलविता आली नाही. तेव्हा वायू अतिशय खजोळ झाला. आपला पराभव त्याला मान्य करावा लागला.

या औपनिषदिक चर्चेवरून एक गोष्ट निश्चितपणे लक्षात येईल की ही सर्व पंचमहाभूते जड असून अन्य सत्तेने ती नियमित केली जातता. त्यांना स्वतःची स्वतंत्र सत्ता मुळीच नाही. अर्थात ही सत्ता कोणाची आहे असे विचारले तर त्याचे उत्तर एकच देता येईल की ती सत्ता ग्रहाची आहे. ग्रह म्हणजे ईश्वर; आणि भगवान पंतजलीच्या मताप्रमाणे तस्य (ईश्वरस्य) वाचकः प्रणवः। म्हणजे प्रणवाचे सामर्थ्य या सर्व पंचमहाभूतांच्या भागे असने म्हणूनच त्यांच्या अस्तित्वाची जाणीव आपणास होते. त्यांचे जडत्व आपणास गोचर होतात. ते परिणाम त्या त्या महाभूतांचे आहेत असे जाणण लौकिक अर्थाने म्हणतो परंतु वस्तुतः ती स्थिती सत्यापासून फार दूर आहे. ती सत्य स्थिती जर आपल्या लक्षात आली तर भयंकर वादळ किंवा अग्नी प्रलयाप्रमाणे होणारा ज्वालामुखीचा प्रताप अथवा पर्जन्याने घडविलेला जल-प्रलय हा त्या त्या महाभूताचा आहे असे जाणकार कधीच म्हणणार नाही. तो अगदी स्पष्टपणे सांगेल की हे त्या वायूचे किंवा अग्नीचे कार्य नसून त्यांच्या पाठीमागे जी महान ईश्वरनामक

किंवा ब्रह्मनामक सत्ता आहे त्या सत्तेचा हा परिणाम आहे. हे ज्याला कळते तो ज्ञानी होय आणि ज्याला ते कळत नाही तो अज्ञानी होय. आपल्या भारतात होऊन गेलेले आणि अस्तित्वात असलेले महान संत या सर्व प्रकाशाचे ईश्वरी इच्छा असे म्हणतात. त्यांचे ते म्हणणे अत्यंत डोळस अनुभवाचे उदाहरण आहे. एकाच ईश्वरी सत्तेची जी विविधता गोचर होते त्याला त्या ईश्वरी संकेतांनीच संबोधण्यात येते. आपल्याकडे ब्रह्मा, विष्णू आणि महेश अशा तीन देवता प्रमुख म्हणून मानण्यात येतात. पण त्या देवता स्वतंत्र नसून एकच प्रमुख सत्तेची परिणामदशक तीन रूपे आहेत. ज्ञानेश्वर महाराजांनी या स्थितीचे मोठे मार्मिक मार्गदर्शन आपल्या ज्ञानदेवीत केले आहे. भगवत् गोतेच्या तेराव्या अध्यायातील १६ व्या श्लोकावर व्याख्यान करतामा ते म्हणतात—

अगा सृष्टीवेळे प्रियोत्तमा । जया नाव म्हणती ब्रह्मा ।

મધાપત્ની જે વિષ્ણુનામ । પાત્ર જાહલે ॥ ૧૨૩

भग आकारु हा हारपे । तेण्हा चद्र जे भुणिणे ।

तेही गुणत्रय जेव्हा लोपे । ते ते शुभ्य ॥ ९२४

या सृष्टीची ज्या वेळी उत्पत्ती झाली त्या वेळी जी ईश्वरी मत्ता क्रियाशील झाली तिला ब्रह्मा, सृष्टीच्या व्याप्तीच्या वेळी विष्णू आणि प्रलयकाळी या सृष्टीचा आकार जेव्हा लोप पावतो तेव्हा त्याला रत अशी संज्ञा आहे. तसेच ज्यावेळी या तीनही शक्तिंचा लय एकत्र होतो तेव्हा त्यांना महाशून्य किंवा ब्रह्म म्हणून संबोधण्यात येते. ज्यावेळी या तीनही शक्ती भिन्न नसून एकत्र आहेत असे ज्याला ज्ञान होते त्याला ज्ञानी असे संबोधतात. ज्ञानी ज्या ठिकाणी जावून पोहोचतात असे जे स्थान ते हेच ह्यंय. हे सांगताना ज्ञानेशाचे तेराव्या अध्यायातील व्याख्यान अतिशय सूक्ष्मपणे पाहणे जरूर ठरेल. आपल्या केवळ दहा ओघात ते आपले मनोगत आणि त्याप्रमाणेच साधकांना अचक असं मार्गदर्शन करतात.

जे अग्नीचे दीपन । जे चंद्राचे जीवन ।
 सूर्याचे वयन । देखती जेणे ॥ १३-१२६
 जयाचेनि उजियेडे । तारांमण उबडे ।
 महातेज सुरुवाटे । जेणे राहाटे ॥
 जे आदीची आदी । जे बुद्धीची बुद्धी ।
 बुद्धीची जे बुद्धी । जीवाचा जीव ।
 जे मनाचे मन । जे नेत्राचे नयन ।
 कानाचे कान । नाचेची नाचा ॥
 जे प्राणाचा प्राण । जे मतोचे घरण ।
 क्रियेचे कर्तव्य । जयाचेनि ॥
 आकार जेणे आकारे । विस्तार जेणे विस्तारे ।
 संहार जेणे संहारे । पङ्कजमरा ॥
 जे मेदिनीची मेदिनी । जे पाणी पिऊन असं पाणी
 तेजा दिवे लावणी । जेणे तेजे ॥
 जे वायूचा इवासीष्ठासु । जे गगनाचा अथवासु ।
 हे असो आघवर्चि आभासु । आभासे जेणे ॥
 किंवहुना पांडवा । जे आघवेचि असे आघवा ।
 जेथ साही रिघावा । हेतभावासी ॥
 जे देखिलियाचिसये । दृश्यवृष्टा हे आघवे ।
 एकवट कालवे । सामरस्ये ॥
 मग तेचि होय ज्ञान । ज्ञाता होय हन ।
 ज्ञाने गमिजे स्थान । तेहि तेचि ॥ १३६

अग्नीमध्ये तेज निर्माण करणारे, चंद्रामध्ये अमृताचा ठाव निर्माण
 करणारे, ज्याच्यामुळे सूर्याचे डोळे जगाला पाहतात, तारांना
 प्रकाश प्राप्त होतो, तेजाला महनीयता प्राप्त होते, सर्वांच्या उन्नति-

साठी पूर्वीचे विकासाचे मूळ, बुद्धीची वृद्धी, मनीचे मन, डोळ्यांचे डोळे कानाचे कान, वाचेची वाचा, प्राणाची हालचाल ज्याच्यामुळे होते, गतीला ज्यामुळे गती प्राप्त होते, क्रियेचे कर्तपण ज्याचीमे गोचर होते, हा त्रिधाचा आकार ज्यामुळे साकारतो, विस्तारतो किंवा लघु पावतो, धरेचा आधार, पाण्याचे जलतत्त्व, ज्या तेजाने नेजाम तेज दिते जाते, जी वायूला जीवन देणारा, आकाशाचा पोळलो प्राप्त करून देणारा त्रिधा हा आभास सुद्धा ज्या आभासामुळे भासतो किंबहुना हे सर्वच ज्याच्यापासून निर्माण झाले असून जिथे द्वैतवृत्तीला शिरकाव देखील नाही, जे पाहिल्याबरोबर दृश्य पाहणारा, आणि पाहणपण एक होऊन जाणारा त्याला ज्ञान किंवा ब्रह्म असेच म्हणतात. ह्या ब्रह्माचा वाचक विचार आहे. परंतु व्यावहारिक अवस्थेत निष्णात असणाऱ्या भाणसाला ही उद्दिष्टता प्रपञ्चाची आहे याची कल्पनाही येत नाही. ह्या सक्तीचा अभाव जेव्हा तर या विद्यातील प्रत्येक वस्तु जड आहे हे दृष्टीआड करून घ्यावे लागते.

एखाद्या अगदी व्यावहारिक दृष्टीतून दगड या वस्तूच्या विचार करायचा असेल तर असे पाहता येईल. दगडाच्या उभेला दगड या अगदी निर्जीव आहे. दुसऱ्या कोणत्या तरी साहसाने लविल्याशिवाय त्याला हालता येत नाही. असा दगड एखाद्या मुलाने रचवेल, आणि दुसऱ्या मुलाला मारण्याच्या इच्छेने त्याने तो त्या दगडाचे किंवा दगडावर तो दगड अत्यंत वेगाने येतो. त्या मुलाला दगडाच्या मारण्यापासून त्यातून रक्त वाहू लागते आणि हा गर्द होतो. त्या मुलाच्या मुठगा किचाळतो. ते पाहून रस्त्यावरून जाणाऱ्या लोकांनी लक्ष त्या जखमी मुलाकडे जाते. ते त्याला मदत करतात पण त्याच वेळी दगडी लोक त्या दगड मारणाऱ्या मुलाला धरून तेथे आणतात. त्या गर्दितल्या लोकांपैकी कोणी विचारले की कशी जखम झाली तर त्या प्रपञ्चाचे उत्तर 'या दगडाने ती जखम केली' असे कोणी सांगत नाही. परंतु दगड मारणाऱ्या मुलाकडे

तसे पाहिले तर जखम करणारा दगड असतो. दगड मारणाऱ्या मुलाचा
आणि जखम झालेल्या मुलाचा स्पर्श-संबंध सुद्धा येत नाही. असे असले
तरी जखम दगडाने केली हे विधान आपण असत्य मानतो आणि जखम
त्या मुलाने केली ही सत्यस्थिती मानतो. याचे कारण याकाहीने पाहू
गेल्यास असे वाटळून येईल की दगड हा संपूर्णपणे निर्जीव आहे. अशा-
तऱ्हेचा परिणाम घडविण्याचे सामर्थ्य त्याच्या अंगी नाही. परंतु ज्याने त्या
दगडाला गती आणि सामर्थ्य दिले तो मुलगा या जखमेचे मूळ कारण आहे.
ही बाब आपण सत्य मानतो कारण ज्याने दगडाला चालना दिली त्या
मूळ मुलावहल आपल्याला संपूर्ण ज्ञान आहे. परंतु पंचमहाभूतांच्या बाबतीत
त्यांच्या गति आणि शक्तिदाता कोण याचे संपूर्ण अज्ञान असल्याने आपण
पंचमहाभूतांच्यामुळे निर्माण झालेल्या परिणामाचे कर्तृत्व त्या पंचमहाभूता-
कडेच देतो. त्यांचा प्रेरक जो ईश्वर किंवा प्रणव त्याच्याकडे देत नाही-
यालाच अज्ञान अशी संज्ञा आहे. हें ज्यांच्याजवळ भरपूर आहे त्यांना आपण
व्यवहारी, लौकिक मानव म्हणून संबोधतो. परंतु ज्यांना ह्या पंचमहा-
भूतांच्या किंवा विश्वांतील प्रत्येक वस्तूच्या मध्ये असलेल्या प्रेरक शक्तीची
डोळस प्रचीती आहे अशा लोकांना आपण ज्ञानी किंवा सत असे म्हणतो.
पंचमहाभूतांचा कोणताही परिणाम जरी त्यांना दिसला तरी ते सर्व कर्तृत्व
प्रणवाचे आहे असेच त्यांचे अनुभवपूर्ण सांगणे असते. इतकेच नव्हे तर मी
सर्व शक्तिमान असून पंचमहाभूतांना प्रेरणा मी देतो असाही त्यांचा अनुभव
असतो. अशा तऱ्हेची शक्ती विश्वांतील सर्व वस्तूंना प्रदान करणाऱ्या हृत्ती
साधकाच्या हाती असते. त्याप्रमाणेच अशा वस्तूंना आपल्या हातात घेऊ-
न घ्याचे कार्य देखील साधक सहजपणे करू शकतात. यासाठी हें साधक हाईल
की आकाराच्या उपासनेने साधकाला सूक्ष्मातिसूक्ष्म आणि अविद्यात अना-
दोन्ही अवस्थांचे ज्ञान होईल इतकेच नव्हे तर त्या अवस्थांची त्यांना मम-
रूप देखील होना येईल. अर्थात ही उभयपक्षी स्थिती साधकाला कधी अनु-
भविता येते याचा विशेष प्रक्रिया-विचार करणे जरूर आहे.



२

ॐकारातून विश्वोत्पत्ति

भगवंताने या विश्वाची उत्पत्ती केली अने म्हटले जाते परंतु खरे पाहिले तर भगवंताचे जे वर्णन आहे त्यात तो जी सृष्टी त्याने स्वतः उरान्न न करता त्यासाठी विशिष्ट माध्यमाचा उपयोग केला आहे. हे माध्यम म्हणजे माया होय. माया याचे भगवी प्राप्तीचे मागावयाचे तर असे म्हणता येईल की ही सर्व सृष्टी अनेक परमाणूंनी बनलेली आहे. तीमधील प्रत्येक वदार्थ परमाणूपासून बनलेला आहे. त्यातील काही परिमाणू गतिमान असून काही स्थिर असतात. या स्थिर परमाणूंच्या सान्निध्यांतच काही परमाणू फिरत असतात. या परमाणूंना गतिमानता प्राप्त होते. ती का ? कल्पना केली की एका वार्टीत खेळाच्या गोटावर बसला आणि त्यावर हात दाबून ठेवून त्या हलविण्याचा प्रयत्न केला तर त्यातील एकही

जो अनंग तो पेशा । निकड्या नुसया ।

जोर्णु अतिवृद्धा । पातोनि वृद्ध ।

तया आडनाच पुसलु । एन्हवी स्त्री मा नपुंसकु ॥

किबहुना एकु । निशवयो नव्हे ॥

अचक्षु अश्ववणु । अहस्तु अचरणु ।

रुप मा वणु । नाम आयी ॥

अर्जुना काहींचि जेथ नाही । तो प्रकृतीचा भर्ता पाही ।

को भोगणें ऐस्याही । सुखदुःखाचे ॥

तो तरी अकर्ता । उदासु अभोक्ता ।

परि इया पतिव्रता । भोगविजे ॥ १३-९८०-८४

इयेते येतूलावरी । सौभाग्यध्याप्तीची थोरी ।

म्हणोनि तया आवरी । अनावराते ॥ १३-९९७

हया प्रकृतीचा जो नवरा आहे तो अंगहीन, पांगळा आणि म्हाताच्या-
पेसाही म्हातारा आहे. त्याला पुण्य हे केवळ आडनाच आहे. कारण बार-
काईने विचार केला तर त्या - तरीही म्हणता येत नाही आणि तो नपुंस-
कही नाही. किंवा ना अमृत पण प्रजारचा आहे असेही सांगता येत
नाही. ज्याच्या जवळ आहाराचा तो - प्रकृतीचा नवरा आहे. सुखदुःखाचा
भोग ही त्याची पतिव्रता सोडली. तरी हिची सौभाग्य थोरची आहे.

अशा प्रकारे आनंदाच्या स्वातंत्र्याचा तांत्रिक्यांत राहूनच ही माया सर्व
सृष्टीची उत्पत्ती करते असे म्हटले जाते. परंतु या मायेच्याही पलिकडे या
मायेला सामर्थ्य देणारे असे तत्त्व द्यावीने आहे. या तत्त्वाला ब्रह्मदेव असे
म्हणतात. ब्रह्मदेव हा देखील स्वतंत्र नाही. त्यालाही नियमांनी बद्ध केलेले
आहे. नियमाची चाकोरी सोडून त्याला जराही बाजूला जाता येत नाही.

अर्थात् हे नियम त्याने स्वतः तयार केले असते तर त्याला ते मोडता असते परंतु ते त्याने तयार केलेले नाहीत. या नियमांचा नियंत्रक कोणी खात्रीने आहे याचा शोध घेतल्या की कोणास ब्रह्मदेवाच्या जन्माचा मागे जावे लागेल. कारण ब्रह्मदेव भगवान विष्णूच्या नाभिपासून निर्माण झालेल्या कमळात जन्म पावला. त्या ब्रह्मदेवाचे अंतराचे भगवंतांच्या शरीरातील नाभिमणित होते. त्यांना त्या ठिकाणाहून बाहेर यावया लागण्यासाठी भगवंतांच्या अंतरात प्रेरणा निर्माण झाली. भगवंतांच्या प्रेरणेत ॐकार अशी संज्ञा आहे. त्या संज्ञेचा सर्वप्रथम ध्वनी भगवंतांच्या मुखातून बाहेर पडला. त्यानेच त्याच्या नाभिप्रदेशात प्रवेश करून ब्रह्मदेवाला जन्म दिला. ब्रह्मदेवाच्या जन्मापूर्वी कित्येक हजार वर्षे ज्या काही त्रिमूर्ती घडल्या त्या सर्वांचा अग्रिम परिणाम म्हणून ब्रह्मदेवाचा जन्म झाला आहे असे म्हणावे लागेल. कारण ब्रह्मदेवाच्या पूर्वी वेद निर्माण झाले. हे वेद अपौरुषेय आहेत. त्या सर्व वेदांचा उद्गम हा भगवंतांच्या उच्छ्वसितापासून आहे तर भगवंतांचे उच्छ्वसिते त्या भगवंतांच्या अंतरावरणापासून निर्माण झाले ते अंतरावरण म्हणजे प्रणव होय. म्हणजेच पर्यायाने असे म्हणता येईल की वेद म्हणजे प्रणवाचा प्रत्यक्ष आविष्कार होय.

वेद म्हणजे काय आणि त्यात अपौरुषेयपण कसे आहे याचा गोष्ट नेहमीच होतो. पण अतिशय लक्षात घ्यावयाचे आहे की सांगता येईल की वेद म्हणजे असा काही मयून या विश्वाचा आराखडा आहे आणि त्याचा कर्ता भगवत्स आहेत.

एकाद्या माणसाला घर बांधण्याची इच्छा झाली तर तो आपले सर्व सामर्थ्य लक्षात घेऊन आपल्या : ... काही संवाद करून भावी घराचा आकार मनात निर्माण करतो त्याचप्रमाणे भूत-भविष्याच्या मर्यादा घालून विचार करतो. त्यानुसार होणारे बदल पुन्हा तो घ्यानी घेतो. एकूण किती खोल्या बांधावयाच्या, याचा विचार पक्का झाला की कोणत्या खोलीला काय म्हणावे, किंवा कोणत्या खोलीचा उपयोग कशा प्रकारे करावा हे तो ठरवितो. तो विचार एकदा पक्का झाला की स्वयंपाकघर, देवघर, शयनघर, अभ्यासघर, भोजनघर याप्रमाणे निर्माण केलेल्या खोल्यात कोणकोणत्या

तोई करावयाला पाहिजेत, कंपाटे, खुंटघाँ, दारें, पाण्याची सोय वगैरे कशा रीतीने केले असता ते शोभिवंत ठरेल, ठिकाळ ठरेल ते तो ठरवितो. त्यानंतर कोणत्या खोलीत कोणत्या वस्तू कशा रीतीने ठेवायच्या याचाही तो विचार करतो. त्याप्रमाणे ज्यावेळीं वेळ मिळेल तेव्हा सहजपणे कागदावर तो रेवोटचा मारून आपल्या भावी घराचे चित्र साकार करण्याचा प्रयत्न करतो. या वेळेपर्यंत त्याच्या विचार-विश्वांत अन्य कोणीही दबळा-दबळ करीत नाही. जोपर्यंत हा एकटा आहे तोपर्यंत विचार करून तो निर्णयाला येतो. त्या निर्णयाबरोबर आपण एकटे आहोत, आपल्या भोवती अशा स्वरूपाचा पमारा असेल तर ठीक होईल, हे जीवन अधिक सुखाने जगता येईल ही इच्छा त्याला प्राप्त होते. 'एकोऽहं' असे जे जाणिवेचे मूळचे स्वरूप आहे ते बदलून 'बहुस्याम्' असा संकेत आपोआप होतो. एकदा संकेत केला की त्याचो पूर्वी कशी करावी या एकाच विचाराशी तो पूर्णपणे समरस होतो. पुढे पुढे त्याला त्याचे ते एकटेपण जेव्हा जाणवू लागते तेव्हा तो घर बांधण्याच्या कामातील जो तज्ज्ञ असेल त्याला भेटून आपण मनात तयार केलेला आराखडा तयार करण्यास सांगतो. त्यापूर्वी स्वतःच्या मनात अजूनपर्यंत जे काही घोळत होते ते तो त्या तज्ज्ञाला निवेदन करतो, किंवा त्याने स्वतः त्या कागदावर वेड्या वाकड्या रेखा मारलेल्या अमतात तो कागद दाखवून त्याला समजावून देतो. पुढे तो तज्ज्ञ त्याप्रमाणे आराखडा तयार करतो. तो आराखडा त्या माणसाच्यासमोर घेऊन तो म्हणतो हे तुमचे घर. पण त्या मनुष्यास मात्र त्याचा काहींच बोध होत नाही. कारण त्याला तो तज्ज्ञ घर असें संबोधतो ते घर नसून केवळ उभ्या आडवा, तिरक्या रेखा असतात. या रेखांतून त्या तज्ज्ञाला घर दिसत असेल तर या माणसाच्या वेड्यावाकड्या रेवोट्यांशिवाय काहींच बोध होत नसतो परंतु त्या रेखा कशा वाचावयाच्या याचें ज्ञान जर त्याला त्या तज्ज्ञाने करून दिले तर त्या तज्ज्ञाप्रमाणे त्यालाही त्या ठिकाणीं घर दिसू लागते. तेच घर पुढे आकार घेते. त्या घराचा निर्माता म्हणून अन्य लोक ज्यावेळी त्याची स्तुती करतात तेव्हा हा सुखावतो.

‘हा एवढा प्रपंच करण्याचें कारण एकच कीं भगवान् ‘हे विश्वाभासे घर’ या भावनेने विश्वाच्या निमितीचा प्रदोष विचार करत अर्थात हा विचार किती काळापर्यंत चालू होता ते सांगणे मात्र कठीण आहे. या विचार-तंत्रीतच भगवंतांना झोप लागली. या विश्वाच्या विचाराशी इतके एकरूप होते की त्या प्रगाढ झोपेत सुद्धा त्यांचा तो विचार दूर झाले नव्हता. भगवंत झोपले तरी त्यांचे अंतःकरण मात्र जागें होते. भगवंतांचा अंतराचे हे जागेपण म्हणजेच अकार होय. या विश्वरचनेच्या विचाराशी एकरूप झाल्याने आतल्या जागृत अंतःकरणाने म्हणजेच प्रणवाने त्या विचारांना नाकानून बाहेर येण्यासाठी वाट करून दिली. तेव्हां भगवंतांचा तो विचार त्यांच्या उच्छ्वसिताबरोबर बाहेर आला आणि त्यानेच आकार धारण केला.

लहान मुले खेळ खेळतात. त्या खेळाशी आपल्या मित्रांसमवेत ते इतके मन लावून खेळतात की त्यांना खाण्यापिण्याचीसुद्धा शुद्ध राहात नाही. क्रिकेटचा खेळ रम्या वेळ ही मुले खेळतात की पुढें सूर्यास्त होऊ लागतो आणि चेडूरेगळ निमन नाही. अशा वेळी आपला खेळ आटोपून ती मुले घरी जातात. श्रमलेल्या आपल्या लाडक्या मुलाला आई जेव घालते. तो मुलगा थोड्याच वेळांत निद्रेच्या आधीन होतो. त्याला गाढ निद्रा लागली तरी नेत्रांनी सपरस झालेले त्याचे अंतःकरण जागें असते. अशाच अयमंत, जागृत तो मुलगा म्हणतो, अरे ! अरे !! कँच ! कँच. पुन्हा सर्व संध्या. त्याने जे अर त्याच्या जाणवेलून बाहेर पडलेले नसतात. तो ज्या जागेला गेल्या झालेला असतो त्याप्रमाणे त्याचे अंतःकरण शब्दाच्या नाशकामने जागे पडते. या मुलाच्या ऐवजी अन्य कोणी संसारी मनुष्य काही व्यवहार करतांना त्याच्याशी एकरूप झाला तर त्याच्या तोंडून संसारी व्यवहारांनिदर्शक शब्द उमटतील. ज्याप्रमाणें विचार किंवा आचार त्याप्रमाणें हे जाणीवशून्य शब्द बाहेर येत असतात. या शब्दावरूनच त्याचे अंतःकरण आणि आचार स्पष्ट होतात.

महामातांत असा एक प्रसंग आहे. द्रुपदाच्या नगरीत ब्राह्मण वेशाने पांडव प्रवेशतात. तेव्हा द्रौपदीचे स्वयंवर असल्याचे त्यांना ज्ञान होते. ते

सर्वे स्वयंवर-मंडपात येतात. द्रौपदीचा पण देखील जरा कठीणच असतो. अर्जुनासारख्या वीराला ते एक प्रकारचे आव्हानच ठरते. तो त्या ब्राह्मण वेशांत उठतो आणि द्रौपदीने लावलेला पण जिंकतो. द्रौपदी त्याची होते. परंतु हा अर्जुन आहे याची जाणीव मात्र कोणालाही नसते. क्षत्रियांना सोडून ही क्षात्रकन्या एका ब्राह्मणाला दिली जात आहे हें पाहून सर्व क्षत्रिय एकत्र होऊन दुपदाला सांगतात की, 'द्रुपदा, आम्ही इतके क्षत्रिय या ठिकाणी आहो'न, द्रौपदीचा विवाह आमच्यांपैकी कोणाशीही करून दे. ब्राह्मणाद्वारेच या कन्येचा विवाह होणे हा आम्हां क्षत्रियांचा अपमान आहे मुला जर हें पसंत नसेल तर आमचे युद्धाचे आव्हान स्वीकार.' बादारकून गंधर्व यांना येनाच द्रुपदाने ब्राह्मणवेशधारी अर्जुनाला विचारलें की, 'अशा प्रमत्तां सा याय कसचे ?' तेव्हां त्या स्वाभिमानी अर्जुनाने द्रुपदाला सांगितलें की, 'पण हा जिंकला आहे तेव्हां तुमची ही द्रौपदी आता माझी आहे. तुम्ही युद्धात युद्धाला हो म्हणा. आम्ही यांचा समाचार घेतो.' अर्जुनाच्या सांगण्या-प्रमाणे तो ते युद्धाचे आव्हान स्वीकारले. तुंबळ युद्ध झालें. भीम आणि अर्जुन या ब्राह्मणवेशधारी योद्ध्यांनी सर्वांचा पराभव केला. द्रौपदीला घेऊन ते निघाले तेव्हां हे ब्राह्मण निदान आहेत तरी कोठले कोण वगैरे माहिती समजावी म्हणून द्रुपदाने धृष्टद्युम्नाला त्याच्या मागावर पाठविले. हे पांढव उर ठिकाणी पोचतात होते त्या ठिकाणी येऊन धृष्टद्युम्न गुप्तपणे बसला. रात्र झाली तेव्हा त्याने सांगतांना भीम आणि अर्जुनाने कोण कोण वीर झाले त्यांचा समाचार घेतला याचे रसपरित वर्णन केले. ते सर्व वर्णन 'द्रुपद' या पेंकळें तेव्हा त्याची खानी झाली की हे ब्राह्मणवेशधारी वीर त्यांच्या युद्धात येवून पाण्डव आहेत.

तथात मांगावचे की अंतरांत जो विषय रुजतो त्याचीच चर्चा मनात येना त्या बोलण्यावरून मनुष्य ओळखला जातो. जसा मनुष्य अमेल त्याप्रमाणे त्याचे विचारक्षोभितमुद्रा स्पष्ट होत असतात. याप्रमाणे भगवंताच्या आश्रित मजगते विचार त्यांच्या मानाने आणि त्यांना शोभणारे असेच अमले पार्श्वीत हेच विचार त्यांच्या सुवृत्ती अवस्थेत त्याच्या उच्छ्वासाच्या रुजाने बाहेर पडले. हेच वेद होत.

हा वेदार्थसागर । ज्या मित्रिताचा वीर ॥ ज्ञाने १-७२
वेद जो जागेद्वर । ज्ञाने ०६-४४६

भगवंतांच्या अंतराचा भाषा जो ~~होणार~~ तोच जागरूकपणे प्रकटला
असें म्हटलें तर त्याचा वावू कधीच होणार नाही अंतरातून या वेदाचा
उद्गम झाला त्या अंतराचा आणि नाभिकमलाचा फार दूरचा संबंध आहे.
ब्रह्मदेव नाभिकमलातून आणि तो देखील प्रणवाच्या किंचित दूरच्या
स्पंदनामुळे जन्म पावला. त्यामुळे भगवंतांचे अंतर त्याला समजले नाही.
ब्रह्मदेव नाभिकमलातून जन्म पावताच त्याला स्वतःशिवाम अन्य काहीही
दिसत नव्हते. आपण कोठून जन्म घेतला, कशासाठी जन्म घेतला याचे
कोणतेही ज्ञान त्याला नव्हते. त्यामुळे त्याच्या अंतरात 'मी' ने जन्म
घेतला. या अहंने जेव्हा आकार घारण केला तेव्हा तो इकडे तिकडे वावरू
लागला. पण यातून काय होणार याचे ज्ञान त्यालाही नव्हते. अशा संभ्रम
स्थितीत असताना भगवतांना आपण त्याचे जन्मदाते असल्याची जाणीव
बिली आणि तप करण्याची आज्ञा केली. तप म्हणजे काय ? याचा खुलासा
करताना भगवतांनी त्याला सांगितले की तुझ्या जन्मानंतर त हा जो
अहवृत्तीचा किंदा अहंमाराचा पसारा वाढविला आहेस त्यामुळे तू स्वतः
कोण आहेस, तुझे माध्यम काय याचेही ज्ञान तुझ्यापासून दुरावले आहे. हा
सर्व पसारा कमी करण्यासाठी जो पसारा हळूहळू आटवणे आणि तो
आटविण्यासाठी आत्मचित्तन करणे जरूर आहे.

आत्मस्थवृत्तिया पसारा -। लागो प्राणेन्द्रिय शरीरा ।

आटणी करणे जे वीरा । ते तप ॥ ज्ञानेद्वरी-१६-१०८

भगवंतांच्या तोंडचे आपण ऐकून ब्रह्मदेवाला आपल्यापेक्षा कोणी
श्रेष्ठ आहे याची जाणीव झाली. भगवंतांच्या आज्ञेप्रमाणे त्याने तप
करण्यास प्रारंभ केला. वारा वर्षांचा अवधी तपात बालवित्यानंतर
ब्रह्मदेव शुचिपूर्ण झाला. तेव्हा भगवंतांनी 'बहुस्याम्' च्या पूर्तीसाठी
वेद त्याच्या हवाली केले. ब्रह्मदेवाच्या हाती वेद पडले तरी त्या वेदांच्या

आन लपलेले विश्वाचे चित्र त्याला दिसता. त्या वेदांचे काय करावयाचे या संभ्रमात त्याचे अनेक दिवस गेले. पुन्हा तो एकाग्रतेने चिंतन करू लागला. तेव्हा भगवंतांनी त्याला सांगितले की वेदांचे वाचन करण्यासाठी जी प्रखर प्रज्ञा लागते ती तुला मिळविली पाहिजे. ती प्रज्ञा प्राप्त झाल्याखेरीज तुला वेदांच्या अंनरात दडलेल्या गोष्टी मूळीच गोचर होणार नाहीत. इतर गोष्टींचे ज्ञान झाले तर त्यांचा विनियोग कळणार नाही. भगवंतांनी हे भाषण ऐकून ब्रह्मदेव भगवंतांना शरण गेला. यासाठी काय करावे म्हणून विचारले. भगवंतांनी ज्यायोगे सर्व प्रकारची जागृती प्राप्त होते असा महान मंत्र जो ॐ ह्याचा त्याला बोध केला. ह्याचे ध्यान केल्यास प्रज्ञाचक्षूंची प्राप्ती होईल आणि त्यामुळे वेद वाचता येतील. अधिक परिचयाने ह्याचा अर्थ आणि त्यानंतर ह्यातली गूढे समजतील असाही खुलासा केला. ब्रह्मदेवाने भगवंतांचे म्हणणे मान्य केले आणि ह्याने प्रणवाचा जप आणि ध्यान करण्यास प्रारंभ केला. ब्रह्मदेवाची ही स्थिती वर्णन करताना जादरग म्हणतात—

पं सृष्टिचिया उपक्रमा- । पूर्वी ना बीरोलमा ।

वेडा ऐसा ब्रह्मा । एकला होता ॥

मज ईश्वराते न बोळखे । ना सृष्टिही करूं न शके ।

तो थोरू केलो एके । नाचे जेणे ॥

जयाचा अर्थु जीवी ध्याता । जे वर्णत्रयचि जपतां ।

विश्वनूजतपोभ्रता । झाली सया ॥ जा. १७-३३-६-३८

ना मृष्टीच्या प्रारंभी ब्रह्मदेव हा अगदी वेडा होता. ना तो कोणता नव्हता आणि घड सृष्टी कशी निर्माण करावी तेही जाणत न. परंतु ते सामर्थ्य त्याला ज्या एका नामाने प्राप्त करून दिले ते ॐ होय. अक्षरांचे आणि अर्थाचे अंतःकरणात चिंतन केल्यामुळे, आणि आत्माराचा केवळाने त्याला विश्वाच्या उत्पत्तीचे सामर्थ्य प्राप्त झाले.

ब्रह्मदेवासारख्याला सुद्धा प्रज्ञाचक्षु प्रदान करण्याचे सामर्थ्य या प्राप्तीमध्ये आहे. मात्र हे सामर्थ्य त्याला आपोआप प्राप्त झाले नाही.

त्यासाठी त्याला फार मोठी तपस्या करून भगवंताच्या अंतराचा ठाव घ्यावा
 लागला. आपल्या अक्षर तपाने भगवंताच्या हृदयाची स्पन्दने त्याने
 अनुभविली. त्यामुळे वेदांची पार्श्वभूमी त्याला कळून आली होती मिळालेल्या
 वेदांतील प्रत्येक ऋचा त्याने इतक्या सूक्ष्मपणे चौखालली की त्यातून सर्व
 विश्वाचा आकारच त्याच्या पुढे उभा राहिला. त्यावेळी त्याच्या एक अत्यंत
 महत्त्वाची गोष्ट आढळून आली की या वेदांतील कोणतीही ऋचा तिचा
 भावार्थ ध्यानी घेऊन वाचावी लागते तरच या सृष्टीची संगती लागते.
 अर्थात यानाही दोन महत्त्वाची पथ्ये त्याला पाळावी लागत होती. ती पथ्ये
 म्हणजे प्रत्येक ऋचेचा भावार्थ कळव्यासाठी ती अक्षरे ज्या प्रकाशानून
 बाहेर पडली त्याच प्रकाशाचा उपयोग करावा लागला. ती प्रकाश म्हणजे
 ॐ होय. प्रत्येक ऋचेच्या पूर्वी ॐ चा उच्चार केला की ती ऋचा भावार्थाने
 प्रकाशित होते. इतकेच नव्हे तर त्या ऋचेच्या मर्यादा कोणत्या? त्या
 ऋचेतून जो प्रकाश निर्माण होतो त्यामुळे कोणाकोणाचे रक्षण आपोआप
 होते याचा शोध घेतांना त्याला असेही आढळून आले की त्या ऋचेचे प्रण.
 वाच्या पश्चिमसहित दीर्घकाल मनन करावे लागते. अशा तऱ्हेचे मनन
 ब्रह्मदेवाची या विश्वाचा पसारा पसरविण्यापूर्वी प्रदीर्घ कालपर्यंत केले
 म्हणूनच वेदकाल मननाने जे आपल्या स्वाधीन करता येते अशा तऱ्हेचे सामर्थ्य
 ज्या ऋचेच्या नावार्थात साठविलेले आहे ती ती ऋचा मंत्र म्हणून सर्वोच्च-
 ण्यात आला. कारण मंत्राची व्युत्पत्ती त्यामुळे मननातून जायते इति मंत्रः ।
 अर्थात निश्चित करून प्रत्येक ऋचेच्या कृती आणि परिणाम व्यापकतेवर
 निश्चित करण्यात आले. वेदांचा कोणताही भाग पठण करताना ॐ चा
 उच्चार केला नाही तर तो भाग बुद्धीला प्रकाश देत नाही. इतकेच नव्हे पर
 त्या जाण्या पठणाने प्राप्त होणारे कोणतेही ठरलेले फळ प्राप्त होत नाही
 जे वेदांचा अपेक्षे सांगायचे झाले तर प्रत्येक ऋचेचा विनियोग कळव्यासाठी.
 जो प्रत्येक ऋचेच्या आहे त्यात प्रारंभी या प्रणवाचा उच्चार करून तत्त
 त्या ऋचेचे ध्यान करावे. विनियोग माहीत नसेल तर ज्ञान शून्य होय. म्हणून
 ज्ञानेश्वरांनी सतत विनियोगाला फार महत्त्व देतात. ब्रह्मदेवाच्या हाती वेद
 दिल्यावर त्याला विनियोगाने ज्ञान करून देणे अत्यंत महत्त्वाचे होते परंतु

त्यासाठी भगवंतांनी त्याला फार मोठी तपस्या करण्यास भाग पाडले. प्रस्तुतच्या जगातदेखील हाच अनुभव आपल्याला येतो.

समजा तुम्ही संध्याकाळच्या वेळी अभ्यास करीत बसला आहात. बोज नसल्याने विजेचा दिवा नाही. सूर्य अस्तास चाललेला. अशा वेळी आपण पुढे अंधार होईल. आणि आपल्याला अभ्यास करता येणार नाही अशी काळजी उत्पन्न होते. एवढ्यात एखादा मित्र येतो. तुमची विचारपूस करतो. त्यावेळी तुम्ही काळजीचे कारण स्पष्ट केलेत तर तो लगेच तुम्हाला विचारील तुझ्याजवळ पणती आहे का ?

होय, आहे.

वात ?

आहे.

काडेपेटी ?

आहे.

बाणि तेल ?

ते पण आहे.

मग तुम्ही अडचण संपली. कारण या सर्व वस्तू एकत्रित करून की प्रकाश निर्माण होतो. असे सांगून तुमचा मित्र गेला. तुम्ही एक कावेने नांडे नेऊन त्यात पणती, वात, तेल आणि काडीपेटी टाकलीत व प्रकाश वाढू लागला. हात बसलात तर प्रकाश पडणार नाही. त्यामुळे स्वाभाविकच तुम्ही त्या मित्राचा आणि प्रसंगी तुमच्या मित्रावर जी तुमची थड्या आहे ती त्याला दाखविल. दुसऱ्या दिवशी पुन्हा ज्यावेळी मित्र तुमच्याकडे येईल तो विचारील की काय मित्रा मिळाला की नाही तुला प्रकाश.

या त्याच्या वाक्याने तुम्ही त्याच्यावर खूप रागवाल आणि म्हणाला की अशी क्रूर थड्या करणे तुला बरे दिसते ना ?

मी कधी केलो तुम्ही थड्या ? आणि त्यातून क्रूरकृती तर मी अधिक करणार नाही.

... त्या तुमचा प्रकाश ' ते पाहून तुमचा मित्र पोट धडून हसेल. आणि म्हणेल की, आले माझ्या लक्षात. तुमचा तो मित्र असेच त्या सर्व वस्तू त्या काचेच्या आड्यातून बाहेर काढील आणि म्हणेल, तुला या वस्तू एकत्र कशा करावयाच्या तेच कळलं नाही हे वच- असे म्हणून तो पणती घेईल तेल घालून वात भिजवील आणि मग काडेपेटीतील काडी ओढून ज्योत तयार करील. लगेच प्रकाश निर्माण होईल. तुमच्या ही गोष्ट लक्षात येईल की ही क्रिया तुम्हालाही करता आली असती तुम्हाला या पणती गोष्टीचे ज्ञान आहे पण त्या वस्तू हाताळण्याची क्रिया माव तुम्हाला ज्ञान नसल्याने त्या तुमच्या दृष्टीने फोड होत. हाच दाखला आणि आणखी अनेक काही दाखले देऊन ज्ञानदेव विनियोगाचे महत्व प्रतिपादन करताना या सर्वच ओव्या मोठ्या भाषिक आहेत

परी कापुराचे यत्नी । आणुनि देईल देव ।

सर्वो जाणणेचि आढव । तेच असे बापा ॥ जा. १७-३४७

अवा अन्न आणि भूक । पासी असे परी देख

जेऊं नेणतां आळक । लंघनचि की ॥

का स्नेहा सुत्रा बंदवानरा । जालियाहि संसारा

हातबटी नेणतां बीरा । प्रकाशु मोहे ॥

तैसे वेळे कृत्य पावे । तेभिया मंत्रुही आठवे ।

परी स्वयं ते आघवे । विनियोगेचीण ॥ १७-३५०-५२

तैसे तोंडी ब्रह्मनाथ । हाती ते सात्त्विक कर्म ।

परि विनियोगेचीण काम । विफल होय ॥ जा. १७-३४९

देवाने कापुराचे अलंकार आणून दिले पण ते अंभावर कोरे घातले याचीच माहिती नसेल तर तो अडचणच होईल. अन्न आहे, भूक लागणेही आहे परंतु अन्न कसे खावयाचे याचे ज्ञान नसल्याने अर्भकाला उपासच पडेल. वात, तेल आणि अग्नी अवलंब आहेत परंतु ते एकत्र करण्याची

हातोटी नसल्याने प्रकाश निर्माण होणार नाही. ठराविक वेळी ठराविक कर्म करण्याची संपूर्ण प्राप्त झाली, त्या ठिकाणी म्हणावयाचे मंत्र देखील येतात परंतु ते मंत्र म्हटलेच नाहीत तर ते कर्म सिद्धीस तरी जावे कसे ? त्याप्रमाणे मुखाने अकाराचा उच्चार करावयाचा आणि हाताने सात्विक कर्म करावे असे आहे पण तो अकार कसा म्हणावा आणि कर्म कसे करावे हेच जर माहित नसेल तर कर्म विफल होईल यात शंका नाही.

ज्ञानेशांच्या आशयाप्रमाणे विनियोग जर माहित नसेल तर सर्व वस्तू जवळ असून नसून साख्याच होत. ब्रह्मदेवाला वेदाचे ज्ञान प्राप्त झाले. त्याचा विनियोग कसा करावयाचा तेही माहित झाले. त्यानंतर मात्र त्याने आपल्या कार्याला प्रारंभ केला. पंचमहाभूते निर्माण करून त्याने विश्वाच्या रचनेची मूळ सामग्री अगदी प्रथम तयार केली. त्या पंचमहाभूतांच्या भिन्न भिन्न प्रमाणात केलेल्या एकत्रीकरणाच्या क्रियेतून त्याने अनेक वस्तू निर्माण केल्या. प्रत्येक वस्तूला तिचे स्वतःचे अस्तित्व प्राप्त झाले पण त्या वस्तूचा विनियोग करता यावा म्हणून प्रत्येक वस्तूमध्ये असणारे जे वस्तुच त्या वस्तूच्याला आरंभी आणि अंती प्रणवाचा स्पर्श केला. त्यामुळे त्या वस्तू विनियोगाच्या सामर्थ्यानिशी गोबर झाल्या. पहिलीपेक्षा दुसरी आणि दुसरी पेक्षा तिसरी वस्तू अधिक उत्तम ठरू लागली. वस्तूच्या विनियोगावर त्या वस्तूचे मूल्य अवलंबून असते. त्याप्रमाणे एकापेक्षा एक मूल्यवान वस्तू त्याने निर्माण केल्या. तरी पण त्याच्या मनःप्रमाणे प्रत्येक वस्तूमध्ये कोठेतरी न्यूनता असल्याचे त्याला सारखे जाणवत होते. अशा वेळी पंचमहाभूतांच्या सर्व आविष्कारांच्या निरनिराळ्या अंशांना एकत्र करून त्याने एक आकृती तयार केली. अर्थात ज्या प्रणवाने त्याला या वस्तू निर्माण करण्याचे सामर्थ्य दिले त्या प्रणवाचे ध्यान करीत, तो प्रणव अंतरान ठसवीन त्या भावपूर्ण अवस्थेत त्याने ती आकृती तयार केली. हा प्रणवाचा गहन प्रसंग विनियोग झाला असे त्याच्या मनाने निश्चित केले. कारण—

तो आदि सर्व अकार । ज्याने करिती मोचर ।

पाठी आणिती उच्चार । वाचेही तो ॥ ३५७

तेणं ध्याने प्रकटे । प्रणवोच्चारि स्पष्टे ।
लागती मग बाटे । क्रियाचिचे ॥ ज्ञां. १७-३५८

प्रारंभी केवळ ध्यानाने ॐकार सिद्ध केल्यावर वाचने त्याचा उच्चार करून तो नादमय आनंदाला जातो. त्या ध्यानाने आणि उच्चाराने सिद्ध झालेल्या ॐकाराने क्रिया केली जाते. हे ॐ च्या विनियोगाचे एक प्रमुख अंग आहे. त्याचा उपयोग करताच जी आकृती निर्माण झाली त्यापुढे, यापेक्षा चांगले आणि नवे असे काहीही करण्याजोगे राहिले नाही. तो संतुष्ट झाला आणि म्हणाला 'मानव' आता नवीन काही नाही. ही आकृती म्हणजे सांप्रतचा मानव.

ही मानव निर्मित करणाऱ इतर वस्तूंपेक्षा ॐकाराचा स्पर्श या कृतीला जास्त झाल्याने ती जशी सर्वश्रेष्ठ ठरली त्याप्रमाणे ब्रह्मदेवाने या ॐकाराची प्रतिष्ठापना देखील या मानव नावाच्या वस्तूत करून त्या मानवाला या ॐकारामध्ये पूर्णपणे मिळून जाण्याचे सामर्थ्य प्रदान केले. अर्थातच या अगाध सामर्थ्यामुळे प्रत्येक वस्तूमध्ये असणारे वगृहण मानवाला उत्तम रीतीने कळते. त्या वस्तूचा विनियोगही कळतो आणि स्वतःमध्ये असणाऱ्या प्रणवाच्या सामर्थ्यामध्ये वाढही करता येते. असे पाहिले तर या विश्वाच्या सर्व पदार्थात पंचमहाभूतांचे समीकरण आढळून येते. जी गोष्ट सर्व विश्वात आहे तीच गोष्ट मानवी देहात देखील आहे. जरा निराळाचा शब्दात सांगायचे तर या विश्वातल्या सर्व वस्तूंचे घटक एक जागवे म्हणजे हा मानवी देह आहे असे म्हटले तर ते चुकीचे होणार नाही. जगेश्वर महाराज म्हणूनच या देहाला वांदोडी असे म्हणतात. या वांदोडीत ज्या वस्तू आहेत त्या प्रमुख वस्तू खाली श्लोकात सांगितल्या आहेत.

महाभूतान्यहंकारो बुद्धिरव्यक्तमेवं च ।

इन्द्रियाणि वशैर्क च पञ्च चैन्द्रियगोचराः ॥

इच्छा द्वेष सुखं दुःखं संघातश्चेतना मृतिः ।

एतत् क्षेत्रं समासेन सविकारमुदाहृतम् ॥ गीता १३.५६

(१) महाभूते— ही पाच आहेत. पृथ्वी, आप, तेज, वायू आणि आकाश.

(२) अहंकार— अहम् इति करणं अहंकारम् 'मी' चे स्फुरण त्याला अहंकार असे म्हणतात. ही एक अव्यक्त शक्ती आहे. ती मानवी शरीरात निर्माण होते आणि लय पावते. तसे पाहिले असता अहंकार आवश्यक आहे परंतु त्याचे परिणाम जर गोचर होऊ लागले तर मात्र तो बाधक ठरतो. तो नसेल तर साधकाला साधना देखील करता येणार नाही. प्राण्याला इकडे तिकडे जाता येणार नाही; किंवा प्रजोत्पत्ती देखील करता येणार नाही. अहंच्या स्फुरणामुळेच प्रजोत्पत्ती शक्य आहे. त्यासाठी अहंकाराचे जे स्वरूप प्रत्ययास येते ते ईश्वराचे स्वरूप आहे. प्रजनश्चास्मि कंदर्पः । हो भगवंताची गीतेतील उक्ती अत्यंत महत्त्वाची आहे. कोणत्याही गोष्टीचा प्रारंभ करताना केलेला संकल्प या 'मी' च्या स्फुरणाशिवाय होत नाही परंतु या संकल्पाबरोबर त्या मीच्या स्फुरणाचे प्रदान करावे लागते. जो साधक त्या स्फुरणाचे दान करीत नाही त्याच्या जवळ ने राहणे इतकेच नव्हे तर त्याची निव्व बाढ होते आणि ही बाढ साधकाने केलेल्या साधनेच्या आड येते. साधना बुर होते, अहंकार वाढतो आणि त्या अहंकारामुळे साधकाची साधकावस्था संपुष्टात येते कितीक प्रसंगी तो स्वतःची साधना प्राप्त होतो या अहंकाराला दोषयुक्त अहंकार असे म्हणतात.

नवल अहंकाराची गोठी । विशेषे न लगे ज्ञानापाठी ।

सजानाचे मांडे कठी । नाना सकटी नाचती ।। भा. ११-८२

याप्रमाणे हा अहंकार साधकाला मदत होतो. परंतु या अहंकाराला आपण वेळीच मर्यादा घालण्याचा प्रयत्न करावा. तोच अहंकार साधकाला साथ दिल्याबिना रहत नाही. साथ मिळण्यापासून तो अहंकार या शरीरातून नाहीसा होता कामा नये असे म्हणतात. अन्य श्रेष्ठांच्या उक्तीला बाध येतो अशी शंका येण्याची शक्यता आहे परंतु त्याचे उत्तर तसे पाहिले तर सोपे आहे. कारण अहंकार नाहीसा होण्यापेक्षा तो शरीरात जिरला पाहिजे. तो जिरला तरच या शरीराकडून चिकित्सित कर्मे होण्याची शक्यता आहे. तो एकदां जिरला म्हणजे त्याचा प्रादुर्भाव होणार नाही. पण

५

नाहीसा झाला तर मात्र तो पुन्हा केव्हा आणि कसा उद्भवेल ते सांगणे येणार नाही. कारण ज्ञानेशांच्या सिद्धांताप्रमाणे उपजे ते नाशे । नाश पुनरपि दिते । तो अहंकार पुन्हा जन्म घेईल. पण तुम्ही जर या शरीरात प्रज्वलित असेल तर तो पुन्हा दिसणार नाही. म्हणजे त्या अहंकाराचे जे शक्तीस्वरूप आहे त्याचेच कार्य फक्त दिसू शकेल आणि ते कार्य भगवंताशी एकरूपता करण्याला जी साधने आहेत त्यांतील एक महत्तम साधन म्हणून ठरेल. अर्थात या शरीरांत असा वस्तूची पेर दुरुप्राप्त भगवताची ज्ञासक कुशलता दिसून येते.

या वस्तूचे वर्णन आणि त्याचे परिणाम याचे स्पष्टीकरण अनेक मान्यवर ग्रंथांनी केले आहे. जिज्ञासूनी ते अवश्य पाहवें.

(१) बुद्धि-अहंकाराप्रमाणे मानवी ज्ञानातील ही देखील एक अत्यंत सूक्ष्म अशी शक्ती आहे. ह्या शक्तीचे कार्य अतिशय महत्त्वाचे आहे. बुद्धीचे लक्षण करतांना निश्चयात्मिक बुद्धि : । असे करण्यांत आले आहे. याचाच अनुवाद ज्ञानेशांनी आपल्या बोलतून केला आहे.

हैं सुख हैं दुःख । हैं पुण्य हैं बोध ।

कां हे भँळ हैं चोख । ऐसैं निवडो ॥

जिये अधमोत्तम सुखे । जिये साने थोर बुखे ।

जिया बिठी पारखिजे । विषो जीये ॥

ते तेजतत्त्वाची आवि । जे सत्त्वगुणाची बुद्धि ।

जे आत्मया जीवाची संधी । वसवीत अमे ॥

अर्जुना ते मा जान । बुद्धी तू संपूर्ण । जा. १३-८६-८९.

सुख-दुःख, पाप-पुण्य, मलीन-शुद्ध, अधम-उत्तम, लहान-थोर यांचा निर्णय करणारी, तेजतत्त्वाचा पहिला आविष्कार, आणि सत्त्वगुणाची बुद्धि करणारी कृती आहे. जी जीव आणि आत्म यांच्या मधीरपेवर सदैव वास करते तिला बुद्धी असे म्हणतात बुद्धीची स्थिती आणि नीवता यांच्यावर

बुद्धीचे भेद आपल्या शास्त्रज्ञांनी कल्पिले आहेत. अमरकोषाने व्यक्त केले बुद्धी या अर्थाचे शुद्ध सूक्ष्मपणे पाहिले तर याचा बोध होईल.

बुद्धिमंमोषा धिक्का धीः प्रज्ञा श्रेष्ठधी नति : ।

प्रेक्षोपलब्धिश्चिंतनं विप्रनिपदज्ञाप्तिश्चेत्तरः ॥

धीर्धारणावती मेधा संकल्पाः कर्म सामान् ॥

निश्चयात्मिका हे जरी बुद्धीचे प्रमूळ मन्व्यलक्षण असले तरी कशाचा आणि कोणत्या भूमिकेवरून निर्णय घ्यायचा याला फार मोठी किंमत आहे. मंडईत गाजर, मुळा यांची पारख करून उन्हाळ्यात त्याने ठरविणारी बुद्धी हिच्या-मोठ्यांच्या, परीक्षेत निश्चित उत्तरांना देणारी नाही किंवा शास्त्रांतील श्रेष्ठ-कनिष्ठ तत्त्वांची पारख करणारी नाही-मोठी पारखणारी बुद्धी उपयुक्त ठरणार नाही. त्याचप्रमाणे पारख करणारी बुद्धी परतत्त्वांची पारख करणारी नाही. त्याचप्रमाणे बुद्धीचा अर्थ ईश्वरतत्त्वांची पारख करणारी बुद्धी असा अर्थ येतो. तिला शुद्ध-मलीनाचा फरक कळू शकतो. ती जाणिव, ज्ञान, प्रज्ञा आहे यांत शंका नाही परंतु सर्वोच्च स्तराची जाणिव, ज्ञान, प्रज्ञा पलीकडे आणखी एक बुद्धीची खास कक्षा आहे यात शंका नाही. जाणनेही स्पंद नाहीत. हेलकावे तर नाहीतच नाहीत. तिला ज्ञान, प्रज्ञा प्राप्त झालेली असते निष्पंद किंवा ज्ञानशाब्दाचा अर्थ ज्ञान, प्रज्ञा ही बुद्धी म्हणूनच तिचा गौरव करता येईल. अर्थात बुद्धी ही ज्ञान, प्रज्ञा अशी आहे की ती प्रणवामध्ये लय पावते आणि प्रणवामध्ये ज्ञान, प्रज्ञा, देवत्वाचा अनुभव घेते तिचे वर्णन करतांना योगसूत्रकारांनी तिचा ' नानभरा तत्र प्रज्ञा ' असा उल्लेख केलेला आहे. ही अंतःकरा प्रज्ञा नूढमातिमूढम असून तिलाच या प्रणवामध्ये प्रविष्ट होता येते. कारण मूढम-नूढमात एक होऊं शकतात. ही एकच बुद्धी केवळ अलौकिक आहे परंतु याचीच्या सव लौकिक व्यापार जाणणाऱ्या किंवा लौकिक व्यापारांना निगडीत आहेत. त्याचे कार्यही स्थूल आहे आणि परिणामही स्थूल आहेत. द्वैतातून निर्णय घेण्याचे कार्य त्या-

करतात. दैत त्यांच्या प्रत्ययाला येते परंतु जिला दैत प्रत्ययालाच येत अशी जी बुद्धी आहे तिला ऋतंभरा असे म्हणतात. अधिक स्पष्ट सांगितर सूर्याच्या अस्तित्वामुळे आपणास प्रकाश प्राप्त होतो. प्रकाश हा अंधाचेही अस्तित्त्व प्रकट करतो. अंधार आणि प्रकाश या दोहोंचेही आपणाला आहे. अंधःकार म्हणजे काय असे विचारले तर त्याचे उत्तर एवढेच देतो येईल की प्रकाशाचे कमीतकमी अस्तित्त्व म्हणजे अंधःकार. पण म्हणजे काय ! अंधाराचे अस्तित्त्व ज्याठिकाणी शून्य असते तो प्रकाश म्हटले तर प्रकाशाचे स्वरूप निश्चितच समजणार नाही. इतके असता सुद्धा प्रकाश आणि अंधार यांचा भेद अगदी सूक्ष्म स्तरापर्यंत सुद्धा आपण करू शकतो.

परंतु जग सूर्याला 'तमारी' असे नांव आहे त्या सूर्यालाच आपण विचारले की आपणास तमारी म्हणजे अंधकाराचा नाश करणारा असे म्हणतात ? तर तो सूर्य देखील त्याचे उत्तर देऊ शकणार नाही. कारण ज्या अंधकाराचा नाश करणारा म्हणून सूर्याची त्याती आहे त्याला अंधार म्हणजे काय ते तरी माहित आहे ना ? अंधाराचे माहित नसल्याने तो आपण कसा नाहीसा करतो याचे ज्ञानही त्याच्याजवळ नाही. अर्थात अंधार आणि प्रकाश ही सापेक्ष स्थिती असल्याने अंधाराच्या अज्ञानामुळे प्रकाशाचेही ज्ञान त्या सूर्याला नाही. त्यामुळे तो सर्व काही स्पष्ट करू शकतो. प्रकाशाशिवाय त्याच्याजवळ काहीच नाही. याचाच अर्थ असा की अशी सूर्याजवळ पर्याय अवस्था नाही. आपण जग बुद्धीच्या पातळीचा विचार करण्यात आला त्याला पर्याय अवस्था मिळू शकते. परंतु ज्या बुद्धीला पर्याय नाहीत म्हणजेच ज्या बुद्धीला केवळ अत्यंत माहित आहे, असत्याची अत्यल्प पर्याय-अवस्थामुद्धां ज्या ठिकाणी स्पष्ट करू शकत नाही अशी जी बुद्धी तिला ऋतंभरा असे योगसूत्रकार म्हणतात. याच बुद्धीचे वर्णन श्रीमद् भगवद्गीतेच्या दुसऱ्या अध्यायात स्थिरधी, स्थितप्रज्ञ या शब्दांनी केले आहे. अशा तऱ्हेची जी प्रज्ञा तीच फक्त दिवनाचा अनुभव घेऊ शकते. अन्य प्रकारच्या बुद्धीला विषयांच्या सात्त्विक्यामुळे पर्यायपण आलेले आहे. गणपती अथर्वसौर्षमध्ये सत्यं वच्मि । ऋतं वच्मि । अशी जी पदे आलेली आहेत त्या

होनाही अर्थ सत्य असाच केला जातो. परंतु सत्य आणि ऋतं यांत मोठा फरक आहे. हे अनुभवमिदं ज्ञान पूर्वीच्या मंत्रद्रष्ट्या ऋषींना प्राप्त झालेले होते. त्यामुळेच अनेकविध मंत्रांची रचना करीत असतां सामान्य बुद्धीच्या माणसाला समान अर्थवाची शब्दांचा उपयोग एकाच ठिकाणी केल्याचे जाणवेल परंतु अत्यंत बारकाईने पाहतां प्रत्येक शब्द वापरतांना पूर्वीच्या ऋषींनी किती अवाढव्य दक्षता घेतली होती हे चांगळेच प्रत्ययास येते. म्हणून शब्दांचा अर्थ लावीत असतां प्रत्येक शब्द कोणत्या बैठकीवरून, किंवा कोणत्या हेतूने उच्चारला गेला आहे ते पूर्णपणे अभ्यासण्यासाठी त्या ऋषींच्या बुद्धीक्षेचा आश्रय करावा लागतो अन्यथा त्या शब्दांचे अर्थ आणि अनुभव यांत तफावत होईल.

अशा प्रकारची बुद्धी नात्राची एक महान वस्तू या देहात भगवंताने ठेविली आहे. सद्बुद्धी किंवा सद्बुध्दः कितीही अल्प असली तरी चालेल. कारण मानवी देहांत त्या बुद्धीची वाढ करण्याचे सामर्थ्य आहे. ज्ञानेश्वर सद्बुद्धी हे थेंकुटी म्हणो नये। अगा अत्यंत स्पष्ट निर्वाळा देतात याचे कारणही तेच आहे.

(४) अव्यक्त

सांख्यांच्या तत्त्वज्ञानाप्रमाणे प्रकृती असे ज्याला संबोधन आहे त्याला अव्यक्त अनेही नावांनी संबोधन आहे. ही प्रकृती जरी अव्यक्त म्हणजे न दिसणारा असावा तरी निश्चय अनावाने विश्वाचा पसारा देखील अभावी ठरेल इतके तत्त्व माहितच या पसाऱ्यांत प्रमाण मानले जाते. भगवंतांनी मात्र या प्रकृतीचे वर्णन करतांना या प्रकृती दोन प्रकारच्या आहेत असे सांगितले. पैकी एका प्रकृतीला परा आणि दुसऱ्या प्रकृतीला अपरा असे म्हणतात. या प्रकृतीचे हे दोन भाग आहेत त्या प्रमाणेच त्यांचे आणखी देखील सूक्ष्म प्रकार आहेत. पृथ्वी, आप, तेज, वायु आणि आकाश या पांचाना अपरा प्रकृती असे म्हणतात तर मन, बुद्धी आणि अहंकार यांचा समावेश परा प्रकृतीमध्ये होतो. या प्रकृतीचे परिणाम म्हणून या त्रैलोक्याचा पसारा आपणास गोंचर होतो.

आपत्तेज गयेन । मही, आरुत मन ।
 बुद्धि अहंकार हे मित्र । आठ भाग ॥ १८

इयेते प्रकृति म्हणजे । जे अष्टधा मित्र जाणिजे ।
 लोकत्रय निपजे । इयेस्तव ॥

आणि या आठांची जे साम्यावस्था ।
 ते माझी परमप्रकृती पार्थ । शा. ८-१९

या प्रकृतीचे महत्वाचे कार्य म्हणजे या सर्व सृष्टीची निर्मिती करणे. मानवी देहांत या निर्मितीची जी सूक्ष्मता नादते तिला जीव प्रकृती अशी संज्ञा आहे. या प्रकृतीच्या अस्तित्वामुळे सर्व तऱ्हेची उत्पत्ती वढते. हे सर्व जरी खरे असले तरी देखील ती प्रकृती म्हणजे ईश्वर नव्हे. प्रकृतीच्या पलीकडे ईश्वर आहे. या प्रकृतीला देखील प्राप्त होणारे सामर्थ्य हे ईश्वराच्या सामर्थ्यामुळे आणि अस्तित्वामुळे होते. यावरून असे स्पष्टपणे अनुमान करता येईल की ही प्रकृती मुळां जगाच्याच म्हणजे जन्ममरणाच्या पंक्तीला बसते. ती या माझ्या देहांत विस्तृतपणे विसावली आहे. तिच्यामुळे या देहाचे स्थिरपण गोचर होत म्हणून मूळची अव्यक्त असणारी परंतु प्रसर परिणाम करणारी प्रकृती या देहांत इतर वस्तुप्रमाणेच नांदते.

(५) इंद्रिये

या शरीरांत अकरा इंद्रियांचा प्रामुख्याने समावेश आहे. त्यांत ५ कर्मेन्द्रिये, ५ ज्ञानेन्द्रिये आणि मन अशी विभागणी आहे. या सर्वांना मिळून इंद्रिय संघात आणि प्रत्येक इंद्रियाला कारण अशी संज्ञा आहे. कारण या शब्दाचा अर्थ साधन असा आहे. या साधनांच्या योगे काय साध्यावयाचे ते ठरविणे साधकाच्या हाती आहे. काही या इंद्रियांचा उपयोग विषय साधण्यासाठी करतील. जी गोष्ट साध्यावयाची तिचे अस्तित्व किती

मयम स्वरूपाचे आहे यावर साधकाचा भलेपणा अवलंबून आहे. जो साधक
 वषयांची साधना करतो त्याला विषयी, संसारी दुःखी असे संबोधतात तर
 इन्द्रियांचे साधन करणाऱ्यास परम श्रेष्ठ, सुखी असे म्हणतात. यावरून या
 इंद्रियांचे कार्य काय स्वरूपाचे आहे याची कल्पना सहजपणे येवू शकेल.
 ते कार्य नीटपणे ओळखून या इंद्रियांना काम करू देणे अगर न देणे
 आवश्यक आहे या इंद्रियांचा पसारा असा आहे.

कर्मेन्द्रिये—मग वाचा आणि कर । चरण आणि अधोद्वार ।

पायु हे प्रकार । पांच आंगिक ॥ जा. १३-१००

वाचा, हात, पाय, गुदद्वार आणि लिंग ही पांच कर्मेन्द्रिये.

ज्ञानेन्द्रिये—तनी श्रवण, नयन । त्वचा प्राण—रसन

इमे जाणे ज्ञान—करणे पांच ॥ जा. १३-९८

कान, डोळे, त्वचा, नाक आणि जिह्वा ही पांच ज्ञानेन्द्रिये.

(४) मन हे अकरावे इंद्रिय आहे.

पांच ज्ञानेन्द्रिये आणि पांच कर्मेन्द्रिये ही गोचर असून मन हे अगोचर
 आहे. म्हणून मनाला अंतःकरण आणि इतर इंद्रियांना बाह्यकरणे असे
 नाव आहे. या बाह्यत्वाचा परिणाम मनाचा ताबा चालतो म्हणून मनाला
 सर्व इंद्रियांचा राजा असे म्हणले आहे कोणत्याही इंद्रियांच्या पाठीमागे
 मनाची शक्ती नेहमी तशीच आहे. इंद्रिये काम करू शकत नाहीत. या बाह्येन्द्रि-
 यांना ती शक्ती प्राप्त होण्यासाठी अंतर गोलक असतात. मनाची सर्व शक्ती
 या अंतरगोलावर केंद्रित होते तेव्हाच ते ते इंद्रिय व्यवस्थित काम करू
 शकते. इंद्रियांनी केलेल्या कोणत्याही कामाची मनाकडून जोपर्यंत नोंद
 घेतली जात नाही तोपर्यंत या इंद्रियांचे सर्व व्यापार शून्य होत एखाद्या
 प्रेताचे डोळे उघडे असतात, पण त्याला त्या डोळ्यांनी पाहण्याचा बोध
 मुळीच होत नाही. त्यामुळे केवळ इंद्रिये असून भागत नाही तर ती सर्व
 काम करण्यासाठी सर्व सदात असली पाहिजेत.

अशी कल्पना केली की एखादा मनुष्य एका रस्त्या
उभा आहे आणि त्याची नजर रस्त्याकडे आहे. परंतु तो काही तर
करीत आहे. एवढ्यांत त्याच्याजवळ एखादा गृहस्थ आला आणि
महाशय, आपण या ठिकाणाहून एक तांबड्या रंगाची मोटार
पाहिलेत का ? तर तो गृहस्थ नाही असे उत्तर देतो. त्या उत्तराचे प्र
आश्चर्य वाटते. हा गृहस्थ खोटे बोलत आहे असा तो आपल्या
निश्चित समज करून घेतो. वर वर पाहिले तर ते सर्व खरे अस
आढळून येईल परंतु आपण त्याच्या इंद्रिय व्यापारांचा बारकाईने
घेण्याचा प्रयत्न केला तर असे आढळून येईल की त्या गृहस्थाचे
रस्त्याकडे होते हे खरे परंतु ज्यायोगे त्या डोळ्यांना पहाण्याची क
प्राप्त होणे ती मनाची शक्ती त्या डोळ्यांच्या मागे मळती. त्यामुळे हा
उपडे अमूनही आणि रस्त्यावरून अनेक वाहने चालली असता एका
किनेची नोंद डोळ्यांच्या मार्फत त्याच्या मनाने केली नाही. त्यामुळे त्या
गृहस्थाने दिलेले उत्तर अगदी सत्य होते यात शंका नाही.

अशी या दहा इंद्रियांची स्थिती आहे. किंबहुना जरा निराळ्या
लक्षांत आणायचे तर मन हे झाडाचे खोड आहे असे मानल्यास सर्व इंद्रि
त्या झाडाचा पागडेल्या कांडा आहेत. कांड्यांच्या विस्तारणामुळे झाड
संपूर्ण पोषिष्यन दिनन. पण खोडच नाहीसे केले तर तो सुशोभितपणा
लगेच दुरावत जावरून हे लक्षांत येईल की मनरूपी खोड या शरीराच्या
गोष्ट्यवनेचा आधार आहे. अर्थात झाडाच्या खोडाला मुळांचा आणि मुळांना
भूमीचा आधार आहे. त्याप्रमाणे मनाला जीवाचा आणि जीवाला आत्म्याचा
आधार आहे. म्हणून मनाला देखील भारतीय शास्त्रज्ञांनी एक इंद्रिय
म्हणून मानले आहे. असे इंद्रिये ही साधन या शीर्षकाखाली येतात. म्हणूनच
भगवान् या नव्हे साधनांना या शरीरांत उत्तम अशी जागा करून दिली
आहे. मनाला या फार मोठे साधन त्याने निर्माण केले आहे.

या इंद्रियाच्या बाह्य आणि अंतरघावेमुळे अनेकविध परिणाम
दृष्टोपत्तीस येतात. या परिणामांत विशेषत्वाने ज्यांची गणना होते त्यात
इच्छा, द्वेष, काय, मोह, मद, मत्सर, सुख, दुःख, आनंद, वगैरे आहेत

त्याच्या विशेष प्रकारच्या साश्रिष्ठ्याने किंवा दूरपणाने वर उल्लेख केलेले काम गोचर होतात. अर्थातच या मानवी देहातच त्यांची वस्ती असल्याने या उल्लेख केल्याविना पुढे जाता येणार नाही. संसार किंवा परमार्थ या मॅच्याही बाबतात या सर्व परिणामांची दखल घेतली पाहिजे. त्यांची ही छाननी केली पाहिजे. तरच या देहाचे चलनचलन योग्य को योग्य प्रकारे होव आहे ते समजून येईल.

याशिवाय या शरीरांत अनेकशे तंतू, मांस, रक्त, अस्थि आणि अनेक प्रकारचे अन्य रस यांचाही समावेश आहे. अशा या सर्व वस्तूंच्या बाबताला देह, शरीर अशी संज्ञा आहे. ज्ञानेश्वर महाराज या शरीराला मोटोडी म्हणजे अशा अनेक वस्तूंचे एक बोजके आहे असे म्हणतात. अर्थात मोटोडी म्हणजे की ते कोणीतरी इकडून तिकडे ज्यावे लागते त्याप्रमाणे या शरीराला काही व्यवहार पडविण्यासाठी त्या बोजक्याची देखील हालचाल करावी लागते. एखादी गाडी छोटा ओढून दुसरीकडे नेतो. विविधित रथां प्राप्त होताच छोटा आणि गाडी अगदी निराळी करता येतात. परंतु मोटारीचे तसे नाही मोटार ज्या शक्तीने चालते ते यंत्र मोटारीच्या आत असून त्यामुळे मोटारीसहित ते इकडून तिकडे फिरते. त्याप्रमाणे या देहाने असा देह चालविणारा अंत आहे. म्हणजे बोजक्याचा चालक-प्रेरक बोजक्यात आहे. म्हणून तर या बोजक्याचा विचार शास्त्रज्ञांना करावा लागतो. किंवाही ज्ञाने तरी शरीर म्हणजे अनेक जड वस्तूंचा विशेष तत्त्वात्मक संग्रह आहे. मोटारीत चालक (ड्रायव्हर) असला की ती जड मोटार चालू पावते. त्याप्रमाणे या देहाच्या आत त्याच्या नियंत्रक प्रेरणेने या ही हा वेह देखील त्याच्या प्रेरणेने चलन-चलन करू लागतो. याच तत्त्वांमुळे देह आणि त्याचा प्रेरक हे दोन स्वतंत्र आहेत. मोटारी अनेक अंश आणि चालक नसला तर मोटारीचा उपयोग शून्य. पण एक चालक अनेक मोटारी चालवू शकेल त्याप्रमाणे या देहाचा प्रेरक एक असला तरी अनेक देहाना तो प्रेरणा देऊ शकेल. पण प्रेरकच नसेल तर मात्र या देहाचा उपयोग मूर्च्छाच नाही असे आढळून येईल.

या संबंध शरीराचा प्रेरक हा सर्व बाबतीत परिपूर्ण पाहिजे तरच या देहाला साधनाला तो चांगल्याप्रकारे हाताळू शकेल. याच विचाराने

पुन्हा आपण मोटारीचे उदाहरण घेऊन पाहू लागलो तर हा विषय अति स्पष्ट होईल. मोटार एक इच्छित स्थळी जाणारे साधन आहे. बाहेर दिसायला ते एक दिसते परंतु त्यामध्ये अनेक बारीक बारीक साधने (यंत्रे) योग्य प्रकारे बसविली असून ती अतिशय कार्यक्षम असो आहेत. यंत्रे पेट्रोल नांवाच्या इंधनाच्या साहाय्याने गतीमान होतात. पेट्रोल हे सुद्धा एक पुरक साधनच आहे. या सर्व साधनांचा नियंत्रक म्हणून मोटारीचे चालक हा प्रमुख आहे असे दिसते. परंतु तसे पाहिले असता तो देखील परतच आहे. कारण त्या चालकाचा नियंत्रक त्या गाडीचा मालक आहे तो आत बसून चालकाला ज्याप्रमाणे सूचना देईल त्याप्रमाणे तो, ती गाडी इच्छित स्थळी नेऊ शकेल.

त्याप्रमाणेच हा देह म्हणजे एक महान साधन आहे. बाहेरून दिसायला ते एक दिमते पण त्या देहाच्या आत बर वणन केलेली अनेक लहान साधने—यंत्रे उत्तम प्रकारे बसविली आहेत. या देहाचे चलन—चलन श्वासोच्छ्वासामुळे घडते हे जरी खरे असले तरी देखील तेही एक साधनच आहे. त्या सर्व साधनांचा नियंत्रक जीव आहे. तो या शरीरातच आहे. पण तो देखील परतच आहे. त्याला देखील हा देह बाहेल तिकडे नेता येत नाही. कारण त्याचा मालक जो आत्मा तो या शरीरात अखण्डपणे बसून आहे. तो एकदा गाडीतून खाली उतरला की गाडी बाबली. तो उतरण्यापूर्वी चालक यंत्रांना होणारा इंधन पुरवठा बंद करतो. मग सर्व गतीमान साधने शुष्क होऊन थांबले की गाडी थांबते. ती थांबताच चालक प्रथम बाहेर पडतो आणि गाडीचे दार उघडून मालकाला गाडीबाहेर जायला वाट करून देतो. याप्रमाणे हे देहाचे यंत्र पृथक्कळ काळपर्यंत काम करते. कालाचा स्वरूप प्रवास करून इच्छित स्थळी पोहोचत ते आले की श्वासोच्छ्वास बंद होऊन जीव बाहेर पडतो आणि त्याच्या पाठोपाठ आत्मा देखील. मग या गाडीचे वैभव म्हणजे केवळ तिच्या मागाडी जड—जीर्ण वस्तू. ह्या वस्तूचा मग उपयोग नाही. त्या वस्तू नासतात आणि आपल्या मूळच्या वस्तूत लय पावतात. जसे मोटारीचे यंत्र अवयवक्षम झाले की ते लोखंड किंवा पोलाद पुन्हा आटवून लांबडाच्या मूळच्या स्वरूपाला आणतात. पुन्हा त्याचे शुद्धीकरण होते आणि पुन्हा त्यापासून यंत्राचे भाग बनवितात. किंवा निरनिराळी कार्यक्षम यंत्रे आका-

तत्त्व आपल्या मूळ तत्त्वांत जावून मिळते. त्याचे शुद्धीकरण होते आणि त्यापासून पुन्हा निरनिराळ्या आकारांच्या निमित्तीला प्रारंभ होतो.

मृष्टीकर्त्या ब्रह्मदेवाने मानव हा सर्वोत्कृष्ट आकार आणि कृती बनविली आहे. ही त्याची सर्वांत अखेरची आकृती आहे. ही आकृती बनवित्यानंतर ब्रह्मदेव समाधान पावला. या आकृतीचे वैशिष्ट्य असे आहे की ज्यावेळी ब्रह्मदेवाने ही कृती बनविली तेव्हा यापूर्वी विश्वांत मूलरूपाने अधिष्ठित असलेल्या अनेक गोष्टीहील सूक्ष्मता काढून घेवून तिला मानवी देहांत त्याने प्रस्थापित केले. ही सर्व सूक्ष्मता प्रणवमय आहे. मागील प्रकरणांत पंचमहाभूते आणि ॐकार याचे साप्तिध्य काय स्वरूपाचे असते याचा विचार केला आहे. ज्या ज्या ठिकाणी अशी सूक्ष्मता नांदते ती ॐकाराचा आविष्कार असल्याने प्रत्येक वस्तूच्या मध्यमांतून त्याने या शरीरात ॐकाराचीच प्रतिष्ठापना केली आहे. याचा आढावा ध्यावयाचा झाल्यास गर्भोपनिषद नांवाचे जे एक उपनिषद् आहे त्याचा आश्रय करावा लागेल. ॐपात्मकं पंचसु वर्तमानं षडाश्रय षड्गुणयोगयुक्तम् । तत्सप्त धातु त्रिमलं द्वियोनि चतुर्विधाहारमयं शरीरम् ॥ यामध्ये या पंच महाभूतांचा असणारा आविष्कार, रस, गुण, वर्ण, नाद यांच्यासहित वर्णन केला आहे. मानवी उत्पत्तीला कारणीभूत होणारा पुरुषवीर्यातर्गत जो जनन अंतु Sperma त्या अत्यंत सूक्ष्म अंतूमध्ये ईश्वराने या सर्व गोष्टी एकत्रित केल्या आहेत.

गोचर परिणाम

अस्थि, मांस, त्वचा, स्नायु, केंस, लाळ, मूत्र, रक्त, घाम, नेत्र क्षुद्रा नृपा, निद्रा, आळस, अहंकार धावन, चलन, प्रसरण, अकोचन, शोथ, शोक, मोह, भय.

पंच तत्त्वांचा भाग-

तत्त्व	गुण	कृति
पृथ्वी	कठिणता	धारणा
आप	द्रवरूपता	पिंडीकरण

तेज सृष्टता प्रकाश
वायु चलन-वलन शून्य
आकाश शोकली जा शोकली

सहा रस-मधुर, आम्ल, खारट, तिबट, कडू, तुरत
नाद-पङ्क, गांधार, मध्यम, पंचम, धैवत, निषाद
सप्त वर्ण-शुक्ल, रक्त, कृष्ण, धूम्र, पीत, कपिल, पांडुर
तीन गुण-सत्व, रज, तम

या सर्वांचा उपयोग करून ब्रह्मदेवाने एक मूल बनविला. याच
शून्य असे नांव आहे. या एका शून्यांतून अनेक जननजनन जन्मास आले. या
शून्यातून निर्माण होणारा आणि शून्यांतून राहणारा हा जड (Sperm) मराठी
एक (१) च्या आकाराचा आहे. हे सर्व बनविताना ब्रह्मदेव ॐकाराचे मंत्र-
प्रक्षेपण प्रत्येक कृतीवर करीत होता. त्यामुळे या जननजननाचे आणि ॐकाराचे
कारण जवळचें नावें मिळते. त्याचे नांवें आहेत. याचा विचार पुढे घेणारच आहे.
या जंतूतील प्रत्येक अणू अणू असल्याने या माणसी देहाचा आकार
मुळां प्रणवाविष्टित बनला आहे. या सर्वांचा प्रत्यय माणसी देहात कसा
प्रत्ययाला येतो ते पाहिले. याचा महत्त्व कळण्याच्या दृष्टीने आवश्यक
आहे. कारण शरीर निव्विही ज्ञान अगर कितीही मोठे असो तरी ॐका-
राशी असलेला त्याचा निगडित्व कधीही दूर होत नाही. इतकेच नव्हे
तर तो निरनिगडचा पदार्थ आहे. सामान्य माणसाला जाणून देवाचे घेता येतो.
मावळून असे म्हणावयाचे. याचा नाही की सुष्टीची उत्पत्ती ही केवळ
ॐमधून झाली, ॐमधून की सुष्टी स्थिरावली आणि ॐमधून तिचा
लयही होणार आहे. अर्थात ॐकाराचे सर्व ज्ञान करून घेतले की स्थूल
गोष्टींचा पसारा वाजूला करून आपल्या स्वतःलाच ॐकारामध्ये पूर्णपणे
मिसळून जाता येईल. म्हणून निरनिगडचा प्रकारांनी या शरीरांत आपले
स्थान कसे पक्के केले आहे न वारकाईने पाहिले तर पुढील सर्व प्राण्या
हाताळताना अडचण निर्माण होणार नाही.



प्रकरण तिसरे

मानवी देहांतील ॐकाराचे दर्शन

हे गुरुजी ! नरनिगळ्या प्रकारे रेखाटण्याची प्राचीन पद्धत आहे. परंतु त्यातल्या त्यात केवळ मानवी देहांत जो ॐकार पाहावयास मिळतो तो मात्र, नेहमीच्या आठवणीप्रमाणे न दिसतो किंचित वेगळा दिसतो. या अक्षराचे काही अक्षरे, त्याच्या आणले तर ते अधिक स्पष्ट होईल. ॐकारातील प्रमाण आणून घेणे आहे.



या शरीरात असाच प्रस्थापित न करतांना निरनिराळ्या प्रकारांनी केला आहे. त्यामुळे आपणास तो सहजपणे समजत नाही किंवा वाचता देखील येत नाही. या देहात हा ॐकार ठेवतांना तो घडी करून ठेवल्यासारखा आहे तर काही ठिकाणी त्याच्या कांही मात्काच उपयोगात आणल्या आहेत. विशेषतः असा आकार या शरीरात काही ठिकाणी आहे.

अर्थात तो उभा आडवा किंवा उलट मुलट असाही आहे.



आपण एखाद्या मनुष्याला पाठीमागून पाहिले तर त्याचा जघन-पाश्र्वं भूमिरेखेने टंकलेला असतो. त्या भागाचे चित्र काढलें तर त्याच्या रेखा पुढील बावरील आकृतीत दर्शविल्याप्रमाणे दिसतील. यामध्ये मज्जा तंतू आहे तो वर पाठीमागून प्रारंभ होऊन मस्तकापर्यंत जाते. तिचा आकार वक्राच्या शुडेसारखा आहे. ती मस्तकात वर्तुळाकार आहे. मध्यांत तिला विभक्त वांक आहे. त्या वक्र भागाच्या बाजूला हृदय असून ते सर्व प्रमुख किंवा ॐकाराच्या अर्धे भागप्रमाणे अत्यंत प्रभाववान आहे.

या सर्वाचा परिचय शरीरांत स्थित असलेले जे नादवर्ण रूप आहे त्या



याचा विचार करणाऱ्या अधिक स्पष्ट होणार आहे हा केवळ याचा उपयोग आहे. या शिवाय ज्यांचा उपयोग पुढे वारंवार करायला लागतो

आहे त्या प्रमाणेच डोळे आणि नासकडे संबंध देखील असाच गोचर होतो वीन भूत आणि त्यांच्या मठांतून निर्माण होणाऱ्या नाद हा घडो पातलेला ॐकाराचा एक विनिर्दिष्ट आकार आहे. डोळ्याचे वृद्ध किंवा दृढी-

गम्य ही त्या ॐकारातील सूक्ष्म अशी अर्थ मात्रा आहे.

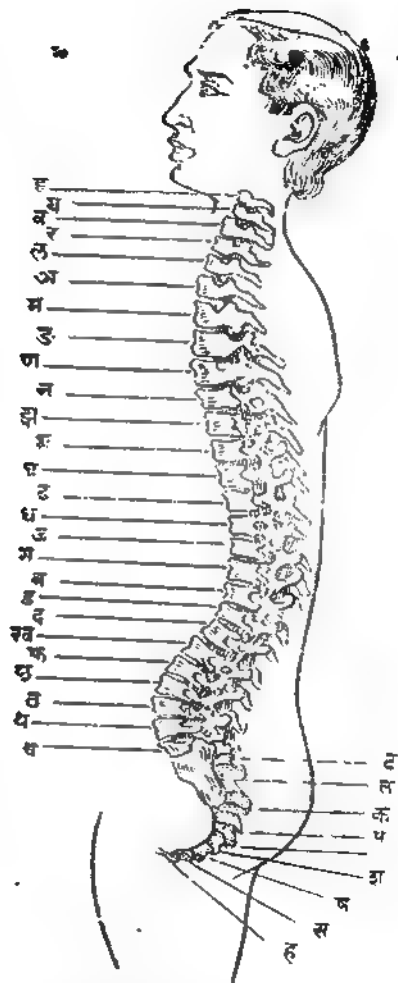
याशिवाय माणसाच्या मेंदूमध्ये या ॐकाराचा एक विशिष्ट आकार घडतो. मेंदू हे सर्व चेतनांचे महत्त्वाचे केंद्र आहे त्यातून निर्माण होणारा पानना-शलाका सर्व शरीरभर पसरलेल्या आहेत. या केंद्रातून सर्वत्र चेतना पसरता खेळविली जाते. या चेतना-तीव्रतेवर शरीराची धारणा अन्वित या चेतना जितक्या तीव्र असतील त्या पानाने साधक अधिक प्रगत होतो. या तीव्रतेचे ज्ञान करून घेऊन त्या साधनाच्या साहाय्याने मानवी शरीरात ॐकाराच्या ज्या मात्रा काम करतात त्यांना सतेजता प्राप्त होते. हे सर्व

ज्या मेंदू मधून चालते ती मानवी मेंदू अन्य प्राण्यांच्या मेंदूपेक्षा अगदी निराळा आहे. मेंदू हे मानवी शरीराचे प्राकृतिक नियंत्रण केंद्र आहे तर मन हे आंतर-ब्रह्मकेंद्र आहे. या दोन्ही केंद्रांना या अकाराच्या उपासनेने प्रखर बल प्राप्त होते.

या मानवी शरीरांत अकाराची प्रस्थापना ईश्वराने फारच चाणाक्षपणाने केलेली आहे. मानव ज्या योगे आपले विचार दुसऱ्याला कळवू शकतो असे महत्वाचे माध्यम म्हणजे भाषा होय. याचा विचार अकार किमयाच्या पहिल्या भागांत केलेला आहे. या भाषेचे मूळ जे अक्षर त्या अक्षरांची उत्पत्ती अकारापासून झालेली आहे. त्यातील प्रमुख व्यंजने किंवा वर्ण तेहतीस आहेत त्याचप्रमाणे त्यांना साक्षीदार ठरणारे स्वर तेरा आहेत. या सर्वांची प्राकृतिक रचना करताना मानवी शरीराच्या पाठीमागे व्यंजने आणि पुढच्या बाजूला स्वर अशी ठेवण आहे. मानवी शरीरांत पाठीमागे २५ जण मणक्यांची एक माला असून तिचा विशिष्ट आकार कायम त्याच रचनेचा शरीरांत आहे. हे मणके एकूण तेहतीस असून त्या प्रत्येक मणक्याचा विशिष्ट रचना आहे. या मणक्यांना एका दोरीत ओवले आहे. त्या दोरीला पृथ्वीरज्जू असे म्हणतात. हे सर्व मणके एकाच आकारमानाचे नाहीत. प्रत्येक मणक्याचा आकार निरनिराळा आहे. टोंकावडील मणके लहान असून मधले मणके किंचित मोठे आहेत. ह्या प्रत्येक मणक्यावर मणक्यांमधील एकेका व्यंजनाची प्रस्थापना केली आहे. अर्थात आपण ज्याप्रमाणे ते वर्ण म्हणतो किंवा लिहितो त्याप्रमाणे मात्र यांची या ठिकाणी पोहोचतात. ही सर्व अक्षरे पाहतांना अगदी विचित्र सत्तेने बसविली असल्याचं दिसून येईल. कारण आपल्या वर्णमालेमधील पहिले अक्षर क हे असून अखेरचे ह हे आहे. तर या मणक्यांमध्ये प्रस्थापित केलेल्या अक्षरांची सुवात ह या अक्षराने आहे. तर त्याचा अंतही ह याच अक्षराने होतो. मणक्यांत ह या अक्षराची प्रस्थापना करतांना पहिला ह हे अक्षर म्हणून आणि अखेरचा ह पुन्हा म्हणून स्थापिला आहे. या दोन ह च्या संपुटांत सर्व वर्ण बसविले आहेत त्यांचा क्रम खालील प्रमाणे आहे.

मणक्याचा क्रमांक वर्ण मणक्याचा क्रमांक वर्ण

१	ह	१७	ग
२	य	१८	घ
३	व	१९	ङ
४	र	२०	श
५	ल	२१	झ
६	ज	२२	फ
७	म	२३	
८	ड	२४	
९	ण	२५	
१०	त	२६	ब
११	थ	२७	द
१२	भ	२८	न
१३	ष	२९	
१४	ढ	३०	प
१५	ध	३१	य
१६	ज	३२	र
		३३	ल
		३४ पुच्छ	व



हे वर्ण या क्रमाने प्रस्थापित केले आहेत. या वर्णांचा खूलासा शिव-
सूत्रांत आहे. आचार्य पाणिनीना भगवान् शिवांकडून प्राप्त झालेली जी

ॐकार किमया

शिवसूत्रे आहेत त्यामध्ये याच क्रमांने सर्व वर्णांचा उल्लेख आहे. ती खाली नमूद केली आहेत.

१ अइउण्

८ झमय्

२ ऋलृक्

९ घढधश

३ एओङ्

१० जगबडवश्

४ ऐऔच्

११ खफ छयचटतव्

५ हयवरट्

१२ कपय्

६ लण्

१३ शषसर

७ ञमङ्गणनम्

१४ हल्

या सूत्रांतील पहिली चार भूत्रे स्वर सांगणारी आहेत तर पुढील सूत्रे व्यंजने सांगणारी आहेत. या सर्व सूत्रांतील अंश अक्षर काढून टाकून उरणाऱ्या अक्षरे स्वर किंवा व्यंजने आहेत. पैकी ३३ व्यंजन उपयोग या मणक्यामध्ये केला आहे.

या बरोबरच या वर्णांचे जे उच्चार आहेत ते ज्या प्रमाणे आहेत त्याकरिता पाणिनींचा आशय आहे त्याप्रमाणे ते उच्चार झाले त्या नादाबरोबर निर्माण होणारी स्पंदने प्रमाणित या मणक्यावर हो त्या त्या वर्णाचा मणका किंवा स्पंद पावना कारण ते या वर्णाचा उच्चार केला तर वरून दोस क्रमांकाच्या मणकाच्या अक्षरे निर्माण होतील. माने हे मणके त्या त्या अक्षरांच्या उच्चाराने बरोबर नादमय आणि स्पंद होत असतात. या शारीरिक क्रियांचा उपयोग भारतीय मंत्र शास्त्राच्या चांगल्या प्रकारे करून घेतला आहे. मनुष्य आहार, आचार व विचार यांनी जितका अधिक शुचिपूर्ण असेल त्या मानाने ही अक्षरे उच्चाराने होणारी स्पंदने अधिक तीव्रतम असतात. मग असा मणका केवळ मनाने अमूक एक अक्षर उच्चाराने अस उरवितो ते त्याच्या या स्पंदनाचा प्रारंभ होतो. एखाद्या मुक्या माणसाला बोलेणार नाही पण काय बोलवयाचे आहे त्या अक्षराची जुळवाजुळव उच्चारण्याचा त्याचा अत्यल्प प्रयत्न देखील हा स्पंदन निर्माण करू शकतो मग त्याच्या तोंडातून होणारा उच्चार स्पष्टपणे होतो न होतो किंवा केवळ काहीतरी ओरडल्याचा आवाज निर्माण होतो असे देखील

काही बोलण्याचे आहे ते त्याच्या मणक्यांच्या स्पंदवक्राने अगदी स्पष्ट होईल. कुदाचित् शरीरात निर्माण होणाऱ्या अला अधिक विकृतीमुळे मानवाच्या बोलण्यात जो फरक निर्माण होईल तो देखील या पाठीच्या मणक्या वर सूक्ष्मपणे नोंदला जातो आणि त्यायोगे शरीरात कोणत्या ठिकाणी काय प्रकारची विकृती घडली आहे किंवा घडत आहे याबद्दी ज्ञान जाणकाराला होते. अर्थात या स्पंदनाचा आणि शारीरिक विकृतीचा विचार स्वतंत्रपणे केला आहे. त्यावेळी यातील आणखी काही विचार स्थापकारणी केला जाईलच. प्रस्तुत एवढेच म्हणता येईल की, प्रत्येक उच्चारलेल्या वर्णामुळे मणक्यांमध्ये विशिष्ट तऱ्हेची स्पंदने निर्माण होतात ही स्पंदने हाताच्या स्पर्शाने जाणता येतात. या स्पंदना प्रमाणेच इतर बरेचसे स्पंदनांची आणीव होते. परंतु ती सर्वस्पंदने आपल्या ज्ञान अनवधाने सामान्य मागसाला सहजपणे कळू शकत नाहीत. त्यापैकी या स्पंदनावरून प्राप्त होणारे ज्ञान मात्र फारच बरक्या दर्जाचे असून त्यामुळे या स्पंदनांना विशेष महत्त्व आहे.

मनुष्य बोलत असताना एका वेळी सर्वच अक्षरांचा उच्चार त्याच्या-कडून होतो असे नाही. म्हणून त्याच्या सर्वच मणक्यांना नादस्पर्श जाणवणार नाही. परंतु ह्या सर्वच मणक्यांना एकाच वेळी स्पंद निर्माण झाला असा काही व्यवस्था आहे की नाही असाही किंचितसा संशय निर्माण होतो. या पूर्वी असे निवेदन करण्यात आले आहे की सर्व वर्ण हे अक्षरापासून उत्पन्न झालेले असून त्यांची नादावस्था ॐकारातूनच निर्माण झाली आणि ॐकारातूनच ती अगदी सावकाशपणे लय पावते. अर्थात मणक्यांमध्ये निर्माण होणाऱ्या अक्षरांचे नादस्पंद हे ॐकाराचे प्रतिनिधिक नादस्पंद आहेत हे विसरून चालणार नाही. या अर्थाने असे म्हणता येईल की या प्रत्येक अक्षरातून निर्माण होणारा स्पंद हा ॐकाराचाच एक भाग आहे परंतु त्याला स्थलभर्यादा आहेत. या अक्षरांचा उच्चार स्वतंत्रपणे करण्यापेक्षा एका प्रणवाचा मध्यमा वाणीतून केलेला उच्चार हा या सर्व मणक्यांमध्ये एकाच वेळी नादस्पंद निर्माण करतो. ॐकाराचा उच्चार करून मणक्या-वक्राने जर हात फिरविला तर सर्वच्या सर्व मणक्यांची स्पंदने आपणाला एकाच वेळी जाणवतील. अगदी सामान्य उदाहरण द्यावयाचे झाले तर असे

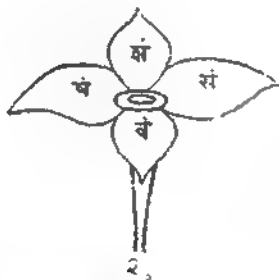
देता येईल. घरात असेंणारे विद्युतदीप प्रज्वलित करण्यासाठी प्रत्येक दिव्यास स्वतंत्र बटण असते. परंतु मुख्य स्वीच चालू केला तर तीस दिवे एकदम एकाचवेळी लागतील. इतकेच नव्हे तर जो दिवा ज्या प्रकाश-तीव्रतेचा असेल त्याप्रमाणेच त्याचा प्रकाश पडेल. त्याप्रमाणे ॐकार हा मुख्य स्वीच समजला तर प्रत्येक मणका हा एक स्वतंत्र नाददीप समजावा लागेल. एक ॐकार उच्चारनाच हे सर्व नाददीप प्रज्वलित होतात. पण वर उल्लेख केल्याप्रमाणे त्यांना प्राकृतिक मर्यादा आहेत. त्यामुळे क या अक्षराचा उच्चार केल्यावर क या २९ व्या मणक्याला जो स्पर्शने आणवतात. तीच स्पन्दने त्याच मर्यादित ॐकाराचा उच्चार केला असता देवाला जाणवतील. हे मणक्याचे स्पन्द कोणत्याही अवस्थेत आपल्या मर्यादा ओलांडत नाहीत. त्यामुळे केवळ एका प्रणवाच्या उच्चारानेवर सर्व वर्णांच्या नादस्वरूप सद्गुणपणे जाणता येतात हे प्रणवाचे मानवी शरीरात जाणवत असलेल्या स्वरूप आहे.

याशिवाय आणखी एक नादस्वरूप ॐकार या शब्दात देवात आहे. त्याचा असा परिचय ॐकार किमयाच्या पहिल्या भागात देण्यात आला आहे. योग मार्गात ज्या सहा चक्रांचा उल्लेख आहे त्या सर्व शरीरांतच आहेत. त्या सहा चक्रांपैकी पाच चक्रांच्या ज्या पाकळ्या आहेत त्या प्रत्येक पाकळीवर एक महत्वाचे बीज आरोपित केलेले आहे. या सर्व बीजांचा मध्य जर वारकाईने पाहिला तर असे आढळून येईल की त्या पाकळ्यांमध्ये असलेली प्रत्येक पाकळी विशेष स्वरूपाची आहे. त्यात जीवने जी बीज आहे त्यामध्ये एक व्यंजन आणि ॐकाराच्या नादाच्या असलेल्या मर्यादेंपैकी अ आणि म या दोन मात्रा आहेत. या दोन मात्रांच्या या दोन मात्रा म्हणजे सर्व वर्णांचा आडी आणि उडी आहे किंवा त्याहीपेक्षा सर्व वर्ण या मात्रांच्या मध्ये सामावलेले आहेत. नुसत्या व्यंजनाचा उच्चार करणे सतीशय कठीण असते. त्यात स्वर मिसळला तर तो वर्ण सुलभतेने उच्चारता येतो. या उच्चारानेवर त्या अक्षरामधून निर्माण होणाऱ्या ज्या ध्वनि-लहरी आहेत त्या अधिक प्रभावी व्हाव्यात आणि त्यातून शरीर आणि मन याचा विकास साधवा अशी उच्चस्तर विचारसरणी याच्या पाठीशी आहे. म्हणून प्रत्येक चक्राचा

अगदी सूक्ष्मपणे विचार करणे जरूर आहे. त्यामुळे प्रत्येक चक्र त्याच्याशी निगडित असलेले वर्ण, कीजे त्याचा उच्चार आणि त्यामुळे घडणारे परिणाम लवकर लक्षात येतील.

मूलाधार

हे चक्र चार पाकळ्यांचे असून त्याचे वस्तीस्थान गुद आणि लिंग यांच्यामध्ये असलेल्या शिवणीमध्ये आहे. या चार पाकळ्यांवर चार व्यंजने बीजासहित आरोपित केलेली आहेत.



चक्रामध्ये समाविष्ट असलेले वर्ण	मनक्यांतील उच्चार स्थान क्रमांक स्थान	स्पर्श	२१ देवता
व	३ ओठ	मृदु	
श	३१ तालु	कठोर	
स	३२ दन्त	कठोर	वायुदेवी गणपती
प	३३ मूर्धा	कठोर	

या वर्णांचा बीजासहित उच्चार करताना या चारही पाकळ्या गतीमान होतात. त्याचप्रमाणे मनक्यांतील तिसरा आणि अखेरचे तीन स्पर्शमय होतात. त्यामुळे शरीराची उपभोगवृत्ती किंचित वाढते. प्रसरणे किंवा निमिती ही ॐकारामधील एक महत्त्वाची क्रिया आहे. या क्रियामध्ये स्वबीज उत्पत्ती हा एक महत्त्वाचा भाग आहे. ती क्रिया या मूलाधार चक्राशी निगडित आहे. शरीराची धारणा ज्यामुळे होते अशा सुप्त शक्तीचा प्रवाह या

चक्रापासून निघतो. नंतर तो प्रवाह अन्य चक्रांना साथ देतो. मूलाधार हे चक्र गतिमान नसेल तर मनुष्यही सर्व स्तरांमध्ये अगतिर्क झाल्याविना राहणार नाही. हे चक्र गतिमान करण्याच्या ज्या अनेक प्रक्रिया आहेत त्यांत वर्णांचा कंठस्थ उच्चार किंवा ॐकाराचा विशिष्ट उच्चार या प्रक्रिया प्रधान म्हणून मानल्या जातात. कारण वर्णांच्या एकेका उच्चाराने एक एक पाकळी प्रभावित होते. परंतु केवळ ॐ म्हणण्याने सर्वच चक्रांच्या सर्व पाकळ्या एकाच वेळी सम प्रमाणात प्रभावित होतात. अर्थात या मानवी शरीराच्या उत्पत्ती-वेळी किंवा मंत्र या शरीरात कांही कारणाने जे बदल घडतात ते दुरुस्त करण्यासाठी विशिष्ट पाकळी विशिष्ट वेळांत प्रभावित व्हावी लागते. त्याकरिता त्या त्या वर्णांचा अपेक्षित उच्चार ध्यानांत घेऊन मंत्रांची योजना करण्यांत आली आहे. मूलाधार चक्राचा विचार करता त्या ठिकाणी गणपती या देवतेची प्रस्थापना करण्यांत आली आहे. त्यामुळे गणपती या देवतेबद्दलची प्रचारांत असणारी अशी संस्कृत स्तोत्रे या चक्राला पुष्टी देणारी ठरलेली आहेत. विशेषतः ब्रह्मणस्पती सूक्त, अथर्वशीर्ष, किंवा संकटनाशन गणपती स्तोत्र यांचा उपयोग यांच्या बाबतीत प्रभावी ठरणारा आहे. कारण या चारही पाकळ्या एकाच वेळी किंवा प्रत्येक पाकळी स्वतंत्र प्रभावित करणारी स्तोत्रे अगर मंत्र प्रचलित आहेत. कदाचित कांही लोकांना मंत्रांचा उच्चार करण्याची शक्ती नसते किंवा कांही कारणाने तो म्हणणे श्रेयस्कर नसते अशा वेळी रंगमय वस्तूंच्या किंवा त्या पाकळ्यांची समधर्म रसपूर्ण असणाऱ्या वनस्पतींचा संबंध आणवून या क्रिया साधल्या जातात. या मूलाधार चक्राच्या बाबतीतच जर सांगावयाचे झाले अर असे नमूद करता येईल की तांबडी रेशमी वस्त्रे वापरण्याने या चक्राच्या पाकळ्यांवर विशिष्ट परिणाम घडतो. त्याचप्रमाणे दुर्वा, शमी, आणि आघाडा या वनस्पतींच्या सान्निध्यांत आल्याने, किंवा त्यांचे लेपन वा सेवन केल्याने या चक्राच्या पाकळ्या प्रभावित होतात.

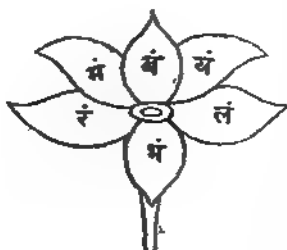
या चार पाकळ्यांचा स्वर्णसंबंध पुरुषांच्या वीर्यग्रंथी आणि स्त्रियांच्या गर्भाशयाशी आहे. या ठिकाणाहून निघणारे ज्ञानतंतू या अवयवांशी निगडित असतात. त्याबरोबर शरीराच्या या प्राकृतिक क्रिया आहेत. मलमूत्र विसर्जन

यांच्याशीही या पाकळ्याचा संबंध आहे लहान मुलाला लघ्वी किंवा विसर्जन व्हावे म्हणून केवळ ह् आणि ष या दोन बीजांचा उच्चार केला जातो. लहान मुलांचे शरीरस्थ अवयव अत्यंत कोवळे असल्याने या बीजांचा उच्चाराचा त्यांच्यावर त्वरित परिणाम होतो आणि अल्पावधीतच त्या मुला मल वा मूत्र विसर्जन घडते. अर्थात जाणकार माणसाने या बीजाचा उपयोग स्वतःसाठी केल्यास त्याला देखील तीव्र अनुभूती आल्यावाचून राहण नाही. त्याचप्रमाणे रतिप्रसंगी व आणि सं या बीजांचा प्रभाव अधिक जा

संगमोत्सुक स्त्रीने व आणि पुरुषाने सं या बीजांचा एक किंवा दोन मिनिटे स्वस्थ चित्राने परंतु बीज स्थलावर लक्ष ठेवून जप केल्यास त्यांचा संगम सुखद होतो. परंतु या विरुद्ध जप केल्यास त्यामध्ये अडथळा निर्माण होऊन उभयती म्लान होतात. त्याच प्रमाणे, दोघांनीही एकाच बीजाचा उच्चार केल्यास फक्त एकालाच त्याचा सुखद फायदा मिळेल.

२ स्वाधिष्ठान

मूलाधार चक्राच्या किचित्वरच्या बाजूला ओटीपोटाच्या खालच्या भागात हे चक्र आहे. हे चक्र सहा पाकळ्यांचे असून त्या प्रत्येक पाकळीवर एक एक वर्ण बीजयुक्त प्रस्थापित करून त्याची शक्ती निर्धारित केलेली आहे. मूलाधार चक्र गतिमान झाले म्हणजे या चक्राला आपोआप गतिमानता प्राप्त होते. अर्थात चक्रामध्ये समाविष्ट असलेल्या बीजांचा उपयोग करूनही या चक्राला गतिमान करता येते. या चक्राची वर्णरचना खालील प्रमाणे आहे.



कार किमयो,

धर्ण	मणक्यातील स्थान क्रमांक	उच्चार स्थान	रंग	देवता	मन्त्र
अ	१८	ओष्ठ			॥ अ ॥
इ	१२	—			॥ इ ॥
उ	७	—			॥ उ ॥
य	२	नाक	गिळळा ब्रह्म		॥ य ॥
र	४	सालू			॥ र ॥
ल	५	मूर्धा			॥ ल ॥
		दन्त			॥ ॥

हे सर्व उच्चार ज्या मणक्यांना स्पर्श करतात त्यांत मानवी शरीराच्या तीन मणके असून अन्य तीन शरीराच्या मध्य भागाच्या सात्रिणा आहेत. या चक्राची गतिमानता मानवाला पूर्वजन्मीच्या ज्ञानासहित या जन्माचा चांगला प्रभाव दाखविते. मनुष्याला गर्भित असतांना मागील जन्माचे ज्ञान असते. परंतु गर्भातून या दृश्य जगांत येताना होणाऱ्या त्रासाने तो गर्भ ते ज्ञान विसरतो. परंतु पूर्व जन्मातील सुकृतीमुळे होणारा त्रास तो जन्मती ईश्वराची प्रार्थना करून त्यांतच तो स्वतःच्या यातना पूर्णपणे निगडतो. त्याला गतजन्मीचे ज्ञान जन्मतांच प्राप्त होते. ज्ञानेश्वर महाराज त्यालाच सिद्धप्रज्ञ असे संबोधतात. किंबहुना संपूर्ण जन्मात जे ज्ञान प्राप्त होते ते अत्यंत सूक्ष्म स्वरूपात याच चक्रामध्ये स्थित होते.

वायू अह आहे. त्याला प्रणवाची प्रेरणा प्राप्त झाली तेव्हा त्याचे अगाध सामर्थ्य अनुभवास येते. प्राण हा वायूचा एक प्रमाण असून त्याचा उपयोग शरीर चालत ठेवण्यासाठी होतो. हा प्राण पांच प्रमाणां या शरीरात नांदतो. त्या पांचाचे मूळ या चक्राशी निगडित आहे. तन्मुखाचा प्राण जाताना सर्व प्राण एकत्रित होऊन सूक्ष्म रूपाने या स्थळी वाहतात. त्यामुळे मनुष्य मेल्याबरोबर त्याचा अग्निसंस्कार न करता तत्पूरी जन्म कोही संस्कार केल्यानंतर हा आखेरचा संस्कार करण्याची पद्धती आहे. वायूचे प्राणास रूपांतर होण्याची क्रिया याच ठिकाणी घडते आणि तो प्राण पाच प्रकारे विस्तृत होऊन संबंध शरीरभर पसरतो. मनुष्याचा देह पश्चात्तया शरीरभर व्यापला

तर या चक्राला पुन्हा गती प्राप्त होण्याची शक्यता असते. परंतु सामान्य माणसाला या गोष्टी सहजपणे साध्य होत नाहीत. योग-साधना करणाऱ्या लोकांच्या मनुष्यालाच या चक्राला अशी गती प्राप्त करून देण्याची क्रिया साध्य होऊ शकते. अशा क्रियामुळे या चक्राला विशेष महत्त्व आहे.

या चक्राच्या पाकळ्यांवर जी बीजे आहेत ती सर्व ज्ञानमय किंवा ज्ञान प्रदान करणारी आहेत. त्यामुळे त्या बीजांचा उच्चार केल्यास ज्ञान प्राप्त होण्यास आवश्यक असणारी स्थिती लवकर प्राप्त होते. या बीजांचा उच्चार केल्याने जी स्पन्दने निर्माण होतात त्यांचा प्राकृतिक परिणाम गोचर होतो. ज्या स्त्रियांच्या गर्भाशयाच्या बाबतीत काही तक्रार असतात, किंवा जननक्षमता असूनही सन्तान होऊ शकत नाही अशा अनेक विकृतींच्या बाबतीत या चक्रातील बीजांचा फारच चांगला उपयोग होऊ शकतो. पुरुषांच्या बाबतीत देखील बीर्यनिर्मिती आणि संचय यांसाठी या बीजांचा उच्चार शरीरातील अनेक अवयवापर्यंत जाऊन पोहोचतो. परंतु त्यातल्या त्यांत मूलाधार चक्राला या चक्राची साथ चांगली मिळत असल्याने त्या चक्रामुळे जे परिणाम नसू शकले आहेत त्यांच्या पुष्ट्यर्थ ह्या चक्राची साथ महत्त्वाची ठरते. प्रत्येक वर्णबीज कोणत्या शारीरिक अवयवांना पोषक ठरते ते खाली दिले आहे.

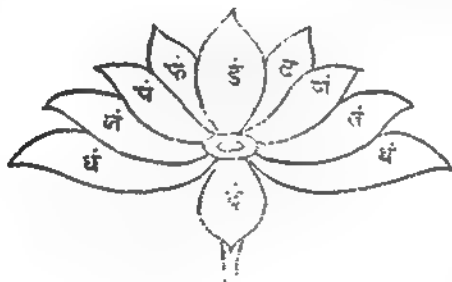
वर्णबीज	प्राकृतिक अवयव.
क	बीर्योत्पादन ग्रंथी
ख	रुद्धान् आतडे
ग	गुदद्वार
घ	मूत्रपिंड
च	ओटी पोट
ज	आंतर पुच्छ

या प्रत्येक बीजाच्या माप्रमाणे स्वतंत्र उपयोग होतो. परंतु केवळ प्रणवाच्या उच्चाराने या सर्वच अवयवांवर एकाच वेळी चांगला परिणाम पडतो. कारण ही बीजे प्रणवयुक्त आहेत. या बीजांचा किंवा प्रणवांचा उपयोग रोगोपशमासाठी होतो. त्याचा विचार स्वतंत्रपणे करण्यात येणार आहे.

या चक्राची देवता ब्रह्मदेव आहे. या चक्राचा वर्ण पिवळा आहे. ज्यांना या बीजांचा उपयोग करता येत नाही अशांनी सूर्यकपूच, सूर, वगैरेचा उपयोग करावा. पिवळ्या रंगाचे कपडे अथवा वस्तु वापरून देखिल या चक्राला गतिमान ठेवता येते. मात्र त्याचा परिणाम होण्यासाठी फार काळ लागतो. विशेषतः हे चक्र नियंत्रित करतां आले तर विविध विषयांवर ताबा मिळविता येतो. ब्रह्मचर्याला पुष्टी मिळते आणि संपूर्ण शरीर कुशल परंतु तेजोवान बनते.

३ मणिपूर

हे शरीरातील तिसरे चक्र किंवा कमल आहे. याला एकूण दहा पाकळ्या असून शरीराचा जो मध्यभाग नाही किंवा वैबी त्या ठिकाणी हे



चक्र आहे. दहा पाकळ्यांवर दहा बीजाक्षरें असून त्यांचा परिणाम वाणीशी निगडीत आहे. परा, पश्यन्ती, मध्यमा आणि वैखरी अशा चार प्रकारच्या वाण्या आहेत. पैकी परा वाणी अत्यंत सूक्ष्म असून ती नाभिकमलाचे ठिकाणी स्थिर आहे. या वाणीपासूनच पुढील तीन वाण्यांचा प्रभाव गोचर, होतो. मनुष्याचे सर्व बाह्य व्यवहार वाणीच्या साहाय्याने चालतात. प्रत्येक वाणी योग्य प्रकारे गोचर झाली नाही तर स्वावहारिक जगावर देखील त्याचा विपरीत परिणाम घडतो. वाणीप्रमाणेच शरीरातील अन्य अवयव देखील याच्या प्रभावक्षेत्रांत येतात. असे अतिशय महत्वाचे हे चक्र आहे. या चक्रातील वर्ण बीजांची माहिती पुढील प्रमाणे आहे.

वर्ण	मणक्पात्रील स्थान क्रमांक	उच्चार स्थान	स्पर्श	रंग	देवत
उ	१९	मूर्धा	मृदु		
ड	१३	"	"		
ण	९	"	"		
त	२८	दन्त	कठोर		
थ	२५	"	कठोर	निळा	विष्णु
द	२०	"	मृदु		
ध	१५	"	"		
न	१०	"	"		
प	३०	मोठ	कठोर		
फ	२२	"	"		

या चक्राच्या पाकळ्यांवर जी वर्णयोजे आहेत त्या वर्णांच्या उच्चाराने स्पंदित होणारे जे मणके आहेत ते बहुतांशी पृष्ठ मध्यांतील आहेत. चक्राच्या स्थानाप्रमाणे मणक्याचे स्थान देखील मध्यवर्ती आहे. या चक्राच्या ठिकाणी कुण्डलिनी नांवाच्या शक्तीचे मूलस्थान आहे. ही शक्ती म्हणजे प्रणवाची आटीव तेजता आहे. या शक्तीच्या जागृतीमुळे सर्व सद्देचे व्यावहारिक अडथळे तर दूर सरतातच पण त्याबरोबर या ठिकाणी सांसारिक भोग-भूमिकेची मर्यादा संपते. ज्या साधकाचे हे एक यत्निमान झालेले आहे त्याचे सांसारिक जीवन अवळ अवळ संपुष्टात येते. इतकेच नव्हे तर पारमार्थिक वैभवाची अतिशय श्रेष्ठ पदवी त्याला प्राप्त होते. थोडक्यात सांगावयाचे तर ॐकाराच्या पारमार्थिक वैभवाचे साधन दर्शन या स्थळी होते.

माशिवाय या चक्रात समाविष्ट अनेक्या बागांचा प्राकृतिक परिणा-
मही नेहमी अनुभवास येत असतो त्याचे काहीसे स्वरूप पुढील प्रमाणे आहे.

वर्ण बीज.

ज्यावर नियंत्रण आहे तो अवयव

ह

मूत्राशय

ड

सर्व रक्तवाहिन्या

ण

प्लीहा

त

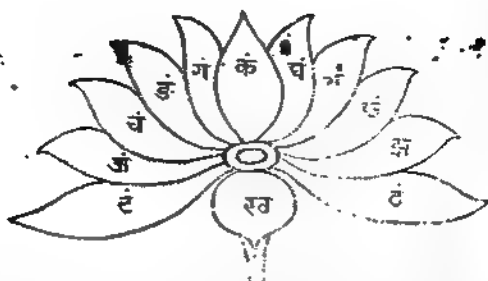
जठर

य	श्वास राहाण्याची पोकळी
द	मोठे आतडे
ध	गर्भाशय आणि त्याच्या बाजूची मोकळी जागा
न	विषविकृतीवर नियंत्रण
प	अन्न पाचक रस द्रव्ये
क	अन्ननलिका आणि अन्य नलिका यांच्यावर नियंत्रण.

या चक्राची देवता विष्णु असून संबंध शरीराची धारणा हा या देवतेचा स्वभाव आहे. या चक्रामध्ये ॐकाराच्या 'उ' या मात्रेची स्थापना आहे. उ ही मात्रा विरागी असल्याने साधकाला ती आपल्या प्रमाणे विरागी बनविते. दुर्वाच्या सांनिध्याने ज्याप्रमाणे मनुष्याची प्रजोत्पादन शक्ती तीव्र होते त्याप्रमाणे तुळशीच्या सांनिध्याने ही शक्ती माहीती होते. तुळशीमध्ये विरागता आणि आध्यात्मिक निरोगता यांचा प्रभाव अधिक प्रमाणात असल्याने तुळशीदलाची योजना विष्णु पूजेमध्ये करण्यात आली आहे. या बरोबरच या बीजांचा प्रभाव ज्या योगे दिसेल अशी काही सूक्ते संस्कृत स्तोत्रे प्रचारात आहेत. या तर्काचा उपयोग ह्या चक्राला विशिष्ट गती प्राप्त करून देण्यासाठी हातो. वैदिक सूक्तांन पुष्य सूक्त, पवमानपंच-सूक्त, विष्णुसूक्त, गायत्री मंत्र यांचा समावेश आहे तर संस्कृत स्तोत्रांत हृदिमीडे, श्रीमत् भागवतातील वेदस्तुती, गायत्री कवच आणि मराठीत ज्ञानेश्वरी व व्यंकटेशस्तोत्र यांचा समावेश आहे. ह्या चक्राचा वर्ण निळा आहे. निळा याचा अर्थ आकाशी. आकाश वर्णाची वस्त्रे अगर पदार्थ यांच्या-सांनिध्याने, परंतु फार काळाने या चक्रातील काही बीजांचे प्रभाव अनुभवाला येण्याची शक्यता असते.

४ अनाहत चक्र

हे चक्र हृदयस्थानी असून या चक्राला एकूण बारा पाकळ्या आहेत. हे चक्र सरे पाहिले तर नादचक्र आहे. ज्या वाचेची सुरवात नाभिकमलात होते ती वाचा या चक्राच्या ठिकाणापर्यंत प्रवाहित झाली असता भासमान



होते. कष्टप्राप्य होते. हे चक्र छात्रीच्या भागात असल्याने प्राकृतिक नियंत्रण हा या चक्राचा विशेष आहे. व्यंजन वर्णमात्रांचे हे सर्वात विशाल असे चक्र आहे. या चक्रामध्ये म् या ॐकाराच्या तृतीय भावेची स्थापना करण्यात आली आहे. या चक्राचा रंग पांढरा असून तो भग्न कोणत्याही वर्णांना स्वतःच्या वर्णात समाविष्ट करून घेणारा आहे. मणके आणि हे चक्र यांच्यामधील अंतर कमी असल्याने या ठिकाणी या चक्रातील आणि मणक्यातील दोन्ही स्पर्शनांचा अनुभव येतो. इतर वर्णांची जी स्पर्शने जाणवतात, त्यापेक्षा या चक्रामध्ये असलेल्या वर्णांची स्पर्शने अधिक तीव्र असल्याची जाणीव होते. त्यामुळे शरीराचे आरोग्य आणि पारमार्थिक निरोगिता या चक्राच्या विशिष्ट गतिमानतेवरून मागली जाते. किंबहुना दोन्ही ठिकाणी विशिष्ट अवस्था प्राप्त करून देण्यासाठी या चक्रातील बीजांचा उच्चार सहाय्यकारी होतो. यातील बीजांची माहिती खाली दिली आहे.

वर्ण	मणक्यातील स्थान क्रमांक	उच्चार स्थान	स्पर्श	वर्ण	देवता
क	२९	कण्ठ	कठोर	}	पांढरा
ख	२१	"	कठोर		
ग	१७	"	मृदु		
घ	१३	"	"		
ङ	८	"	"	}	पांढरा
च	२६	ताल	कठोर		

छ	२३	"	"	}
ज	१६	"	मृदु	
झ	११	"	"	
ड	६	"	"	}
ट	२७	मूर्धा	कठोर	
ठ	२४	"	"	

या चक्रांचे स्थापित्व विशेषतः बुद्धी आणि मनाचे सर्व व्यापार यांच्यावर आहे. त्यामुळे ज्याला स्वतःचे मन स्थिर करावयाचे आहे त्याने या चक्रांतील वर्णांचा उच्चार अगदी बरोबर करून ते प्रयत्नाने स्थिर करण्याचा प्रयत्न केल्यास त्याला अनिश्चय लवकर यश प्राप्त होते. या सर्व वर्णांचा परिणाम शरीरात ज्या अवयवांवर होतो तो बहुतकरून केवळ मन, हृदय, रक्त, यांच्यावर होतो. त्यामुळे या वर्णांना जो परिणाम आहे तो सूक्ष्मपणे याच अवयवावर होतो. त्याचा विस्तार खाली दिला आहे :

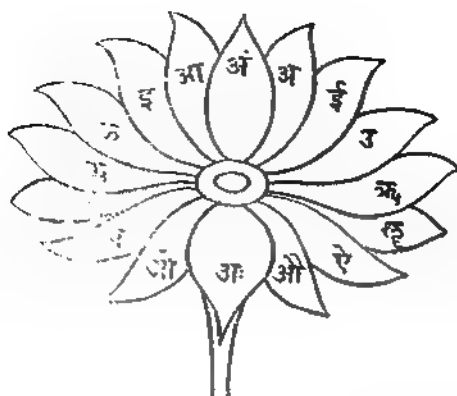
वर्ण	परिणाम.
क	श्वामन्तलिका
ख	हृदयाला मिळणारी प्राणशक्ती
ग	फुफ्फुसांचे ज्ञानतत्त्व
घ	फुफ्फुसांचे कार्य. नियंत्रण
ङ	रक्तमय
च	रक्तप्रवाहाचे नियंत्रण
छ	रक्तांतल अविकृता
ज	रक्तांतल तांद्रेयणा
झ	मन आणि स्तन
ञ	मनाला मिळणारी प्राणशक्ती
ट	हृदयाची स्पंदनशीलता
ठ	स्पंदननियंत्रण.

याच चक्रांतून स्पष्ट वाणीची अनुभूती येते. वाणी अधिक स्पष्ट वाणी, तिला मधुता प्राप्त व्हावी म्हणून या चक्रावर लक्ष केंद्रित करणे याच्या ठरेल. या चक्राच्या गतिमानतेमुळे स्वतःच्या बोलण्याने साधकास

अन्यांना सहजपणे आपले विचार अथवा व्यक्तिमत्त्व प्रभावीपणे स्पष्ट करून देता येत, केवळ ॐकार वाणीने उच्चारल्यास या चक्राची गतिमानता सहजपणे अनुभविता येते, कारण या चक्राचा सर्व परिवार म्हणजे ॐकाराच्या एका मात्रेचा विस्तार आहे.

५ विशुद्ध

मावाप्रमाणेच हे चक्र शुद्ध आहे. या चक्राचा एकूण सोळा पाकळ्या असून त्या सर्व पाकळ्यांवर असलेली बीजे म्हणजे शुद्ध स्वर आहेत. हे चक्र कंठप्रदेशी आहे. अनाहत चक्राच्या वर या चक्राची स्थिती असल्याने अनाहत चक्राचे जे परिणाम घडतात तेच परिणाम या चक्राच्या गतिमानतेने घडतात. फरक आहे तो एवढाच की या ठिकाणी अनाहत चक्रांत ज्या वाणीची उत्पत्ती होते त्या वाणीचा स्फोट या ठिकाणी होतो आणि ही वाणी श्राव्य होते. कारण वाणी स्वरावर अवलंबून असते आणि स्वर हा या चक्राचा भाषा आहे. या चक्रातून प्रसृत होणाऱ्या स्वरांना विशिष्ट आकार देण्याचे कार्य कंठात होत असते. त्याप्रमाणेच व्यजनाचा उच्चार करताना त्यात मिसळता लागणारा स्वर याच ठिकाणी मिसळला जातो. तसा तो मिसळला गेला नाही तर व्यजनाचा उच्चार नीट करता येणार नाही. विशिष्ट प्रयत्नाने कंठात असणाऱ्या या चक्रांतील बीजे लवकर प्रभावित होतात. त्यामुळे वाणीला मधुता प्राप्त होते. अर्थात पाठीच्या कण्यातील वर्ण, स्पंदने आणि कंठातील स्वरस्पंदने यांचे योग्य प्रमाणात मीलन व्हावे लागते. तसे ते झाले नाही तर व्यजन उच्चारले जाणार नाही. शरीराची शक्ती ज्यावेळी क्षीण होते तेव्हा स्वर शिल्लक राहतो. अगदी अखेरच्या क्षणीसुद्धा या चक्राला प्रभावित करून माणसाला बोलायला लावता येते. हे सर्व स्वर ॐकाराचे शुद्ध पाद आहेत. त्यामुळेच त्यांना विशेष महत्त्व आहे. हे स्वर सर्व देहाचे अंतर-नियंत्रण करतात. त्यामुळे केवळ या स्वरांच्या उच्चाराने शरीरातील कोणतीही विकृती स्पष्ट होऊ शकते. या चक्रांतील स्वर-बीजांची माहिती पुढीलप्रमाणे आहे.



स्वर	उच्चार स्थान	परिणाम स्थान
अ	कण्ठ	कंठ प्रारंभ
आ	"	कंठ-अंत
इ	तालु	लाटपिंड
ई	"	दांत
उ	ओष्ठ	ओष्ठ
ऊ	"	गाल
ऋ	मूर्धा	टालू
ॠ	"	हिरण्य
लृ	दन्त	जिह्वा
ॡ	"	जिह्वा खालचा भाग
ए	कण्ठ तालू	जिह्वा स्पन्दने मागी ल
ऐ	"	" " " अग्र
ओ	ओष्ठ-कण्ठ	ओठांचा आतील भाग
औ	"	कण्ठ-स्पंद (पडजीभ)
अं	कंठ-नाक	गाल
अः	"	श्वसनक्रिया

६ आज्ञा

विशुद्ध हे चक्र ज्याप्रमाणे सर्वात विशाल त्याप्रमाणे आज्ञा हे चक्र सर्वात लहान आहे. तरीपण त्याचा प्रभाव मात्र सर्वात जास्त आहे. हे चक्र केवळ दोनच पाकळ्यांचे असून त्यावर हं आणि खं अशी दोन बीजे आहेत. हे दोन भुवयाच्यामध्ये आहे. त्यामुळे याचा प्रभाव भस्तकांत अधिष्ठित असलेल्या सर्व प्राकृतिक अवयवावर होतो. विशेषतः मेंदू डोळे, कान यांच्यावर त्याचे नियंत्रण आहे. भगवान शंकराचा तृतीय नेत्र म्हणजेच हे चक्र होय. या चक्राला गतिमानता प्राप्त झाली की अंतरचक्षू उन्मीलित होतात. त्यामुळे जगातील कोणत्याही वस्तूचा त्यांना अडथळा होत नाही. असे



असू कोणत्याही मर्यादित सहजपणे निरीक्षण करू शकतात. अवर्णद्विर्वाना सुद्धा कोणताच अडथळा राहात नाही. कितीही लांबचे नाद सहजपणे ऐकता येतात. ज्ञानेशंभू शब्दात सांगायचे तर असा माधक 'स्वर्गीचा आलोच आइके' अशा सामर्थ्याचा होतो. इतकेच नव्हे तर मेंदूवर याच चक्राचे नियंत्रण असल्याने काळाची मर्यादा सुद्धा अशा साधकाला नमते. कितीही जुन्या काळात घडलेले अगर बविण्यांत घडणारे काही प्रसंग याला उत्तम रीतीने समजतात. त्याकाळी उमटणारे ठ्वनी त्याला लगेच गोचर होतात. या चक्रातील हं या बीजाचा संबंध पाठीच्या कण्याच्या प्रारंभी आणि अखेरच्या टोकाशी येतो. त्याचप्रमाणे खं या बीजाखराचा संबंध कुण्डलिनी नावाच्या मार्गाशी येतो. कोणतेही चक्र केन्द्र या एका केंद्रातून नियंत्रित करता येते. मनुष्य मरतो तेव्हा त्याचा प्राण भूमध्येच असलेल्या या चक्राच्या मध्यांत येतो. काही कारणाने एखाद्या योग्याला हे चक्र आपल्या प्रभावाने प्रेरित करता आले तर मृत मनुष्य सुद्धा जिवंत होऊ शकेल. या ठिकाणी प्राण

सूक्ष्म रूपाने राहातो. त्यामुळे त्याचे अस्तित्व सामान्य माणसाला गोचर होत नाही. परंतु त्याचे सामर्थ्य मात्र फार मोठे आहे हे विसरून चालणार नाही.

कुण्डलिनी

कुण्डलिनी नावाची एक महान शक्ती आहे. प्रणवाची उघडी जन्मभूमी. किंवा तेजाची शिदोरी, म्हणून ज्ञानेश्वर महाराज जिचा गौरव करतात अशी ही परमेश्वरी शक्ती आहे. प्रणवाच्या सर्व सामर्थ्याचे अत्यंत अल्पसे स्वरूप म्हणजे ही कुण्डलिनी असे म्हटले तरी चलेल. हटयोगप्रदीपिका या ग्रंथात हिचे वर्णन पुढीलप्रमाणे आहे

सशैलवनधारीणां यथाधारोऽहि नायकः ।

सर्वेषां योगतंत्राणां तथाधारो हि कुण्डली ॥

सुप्ता गुरुप्रसादेन यदा जागर्ति कुण्डली ।

तदा सर्वाणि पद्मानि निरस्ये ग्रंथयोऽपि च ॥

ज्ञानेश्वर महाराज स्वतः सांगी होते. त्यांचे अनुभव त्यांनी ज्ञानेश्वरीच्या सहाव्या अध्यायांत प्रष्ट केले आहेत. स्वामध्ये या कुण्डलिनीचे वर्णन देताना ते म्हणतात,



... कुकुम नाहाले ।

बळण घेवूनि आले । सेजे-जंते ॥ २२२

तैसी हे कुण्डलिनी । बोटकी ओटेबळणी ।

अधोमुख सपिणी । निवेली असे ॥ २२३

ते कुण्डलिनी जगदंबा । चंतन्य चक्रवर्तीची शोभा ।

जया विश्वबीजाधिया कोभा । साऊली केली ॥ २७२

जे शून्यलिमाची पिढी । जे परमात्मया शिवाची करंडी ।

जे प्रणवाचो उघडी । जन्मभूमी ॥

ही शक्ती नाभिकमलाचे ठिकाणी असल्याच्या मणिपूर नावाच्या चक्राचे ठिकाणी आहे. ही सुप्त असून प्रणवाच्या ज्याप्रमाणे साडेतीन मात्रा आहेत, त्याप्रमाणे ही साडेतीन बळसे चालून वसली आहे. अ, उ, म् आणि अनुस्वार या सर्वच मात्रांचे हे एक प्रतीक आहे. ही शक्ती असल्याने तिची प्रत्यक्ष दृष्टमेढ होत नाही. परंतु तिचे परिणाम मात्र फार अवाढव्य आहेत. हिची जागृती झाली म्हणजे या सपिणीचे साडेतीन वेळे एका पाठोपाठ सुटत जातात. ती ऊर्ध्व मार्गाने प्रवास करीत असता एकेका चक्राचा भेद करीत मस्तकात जावून पोहोचते. अशा वेळी तिचे खरे वैभव साक्षात्काश्या अनुभवाला येते. या वैभवाचे वर्णन ज्ञानेश्वर महाराजांनी ज्ञानेश्वरीच्या सहाव्या अध्यायांत अतिशय विस्तृतपणे दिलेले आहे. हिच्या प्रबोधनासाठी जे अनेक मार्ग आहेत त्यांत हटयोग, राजयोग किंवा भक्तियोग या पंधात निवेदन केलेल्या सर्व प्रक्रियांचा उपयोग होतो. कुण्डलिनी ही स्वतःच प्रणवस्वरूप असल्याने अकाराच्या जपाने कुण्डलिनीची जागृती लवकर होते.

कितीक लोकांचे असे म्हणणे आहे की भक्तीच्या मार्गाने कुण्डलिनी जागृत होत नाही. पण ते खरे नव्हे. भक्तीच्या योगमार्ग काय सर्व भगवंताच्या दिशेने जाणारेच मार्ग आहेत. योगमार्ग हा चांगल्या मार्गदर्शनाशिवाय हाताळता येत नाही. परंतु भक्तीचे मात्र तसे नाही. भक्ती स्वतःच मार्गदर्शक बनते. पण योग मात्र स्वतः मार्गदर्शक होऊ शकत नाही. भक्ती ही थेट भगवंतापर्यंत जाऊन पोहोचते तर योगमार्गी अखेर भक्तिमार्गाला मिळतो. त्यानंतरच त्याला भगवंतसाक्षिण्याचा खराचुरा लाभ होतो. योगमार्गी कदाचित भगवंताच्या दारापर्यंत लवकर जाऊन पोहोचेल. त्या ठिकाणी

त्याला भक्तीचा अवलंब करावाच लागेल. तो आश्रय केवळ भगवत याच्या भगवंताची भेट होऊ शकणार नाही. भगवंताच्या दारात त्याला यांबणीचा प्रसंग येतो. त्या ठिकाणी भगवंताच्या अनेक दासी-शूद्र-सिद्धी उभ्या आहेत. योगमागिनि येणाऱ्या पाहुण्याला त्या भेटतात. त्याचे स्वागत करतात. त्यांच्या स्वागतामध्ये योगी रममाण होण्याची फार सवयता असते. तसा तो रममाण झाला तर भगवंताची भेट दुरावते आणि तो सामान्य माणसाप्रमाणे, परंतु विकृत शरीराने परत फिरतो. ही स्थिती भक्तिमार्गीयांची नाही. त्यांना देखील भगवंताच्या दारात या सिद्धी भेटतात. परंतु हा भक्त त्यांच्या स्वागताकडे जराही लक्ष देत नाही. कारण त्याचे लक्ष पूर्णपणे भगवंताकडे लागलेले असते. योगी कदाचित्त छवकर जाऊन पोहोचेल पण भक्तीचा अवलंब त्याला करावाच लागेल. योग-मार्ग अत्यंत खडतर असून सामान्य जनांना तो पेलणार नाही. ज्ञानेश्वर महाराज स्वतः योगी होते. तरी देखील योगाचे कठीणपण त्यांनी विशद केले आहे.

म्हणोनि योगाचिया वाटा । जे निघाले ना सुभटा ।

तया दुःखाचाचि वाटा । भागा जाला ॥ ज्ञाने १२-६९

पाहे पां लोहाचे वणे । जे ओवरिया पडती खाणे ।

ते थोट मरण की मरणे । शूद्रा म्हणो ॥ ७०

म्हणोनि समुद्र दाहीं । तरण आयो केहीं ।

कां गगनामारी पायीं । खोलीजतु असे ॥ ७१

यालानी पांगुळा हेडा । नव्हे धायसी पांडबा ।

तेवी देहवंतां जीवा । अव्यक्ती गर्ती ॥ ७२

या विवेचनाद्वल्लेख यांच्या कठीणता सहजपणे लक्षात येण्यासारखी आहे. परंतु योगमार्गीयांना यातून न करता ॐकाराच्या साहाय्याने देखील हाच लाभ होतो. योगाच्या प्रमाणे या उपाप्रमाणे मानवी देह शुद्धतम करतात त्याचप्रमाणे ॐकार देहाच्या अरीरांतच वास्तव्य करित असल्याने त्याच्या ध्यानापासनेच्या साहाय्याने हे अरीर धुचिपूर्ण होते. ध्यानबिंदूपनिषदामध्ये या प्रक्रियेचा उल्लेख फारच चांगल्याप्रकारे केला आहे.

ॐकारप्रभवा देवा ॐकारप्रभवाः स्तरः ।

ॐकारप्रभाव सर्वं ब्रह्मलोक्यं सचराचरम् ॥

ऋस्वो बहति पापानि द्यौर्धं संपत्प्रदोऽभ्ययः ।

अर्थमात्रासम्प्रयुक्तः प्रणवो मोक्षदायकः ॥

ॐकार वेहमध्यस्थं ज्ञापयेत् स्वास्वावलीकृतम् ।

हा सर्वे भाग ॐकार-अधिष्ठित आहे. तो अशा तऱ्हेने देहामध्ये असून त्याच्या सर्व परिणामांची नोंद साधकाला उत्तम प्रकारे करता येते.

स्वर वाहिनी

कुण्डलिनी ज्याप्रमाणे एक महान शक्ती आहे, त्याचप्रमाणे तिच्या सहाय्यभूत श्रोणाच्या अशा तीन स्वर-वाहिन्या या शरीरांत वास करतात. स्वर हे ॐकाराचे दिव्य स्वरूप असल्याने या स्वरवाहिन्यांच्या मार्फत त्या प्रणवाची प्रस्थापना मानवी शरीरांत आपोआपच केली जाते. या तीन वाहिन्यांना शास्त्रीय नावे आहेत. त्याप्रमाणेच त्यांची स्थिती आणि कार्य यांवरून त्यांची ही नावे किती सार्थ आहेत ते दिसून येईल.

मणिपूर नांवाचे नाभिस्थानाजवळ जे चक्र आहे त्याच ठिकाणी ओटबळगि महातेजस्विनी शक्तिशाली अशी कुण्डलिनी आहे. तिच्या वरच्या भागात दहा आणि खालच्या भागांत दहा अशा उभ्या खाली-वर जाणाऱ्या नाड्या असून आठव्या जाणाऱ्या वर दोन आणि खाली दोन अशा नाड्या आहेत. म्हणजे अशा एकूण नाड्यांची संख्या चौवीस होते. त्यापैकी दहा नाड्या प्राणवाहक असून त्या प्रमुख म्हणून गणल्या जातात. त्यांची नावे आणि स्थाने खालील प्रमाणे आहेत.

क्रमांक	नाडीचे नांव	शरीरातील वसतिस्थान
१	इडा	डाव्या भागी
२	पिंगला	उजव्या भागी
३	सुषुम्ना	मध्य भागी
४	गांधारी	डावा डोळा
५	हस्तिजिव्हा	उजवा डोळा
६	पूषा	उजवा कान
७	यमस्विनी	डावा कान

८०
९
१०

अलंबुषा
कुह
शखिनी

तोंडात
लिगांत
गुदस्थानी

इडा च पिंगला चैव सुषुम्ना च तृतीयका
गांधारी हस्तिजिह्वा च पूर्वा चैव यशस्विनी ॥
अलंबुषा कुहचैव शखिनी वशमी तथा ॥
इडा वामे स्थिता भागे पिंगला दक्षिणे स्मृता ।
सुषुम्ना मध्यदेशे तु गांधारी वामचक्षुषि ॥
दक्षिणे हस्तिचिह्वा च पूषा कर्णे च दक्षिणे ।
यशस्विनी वामकर्णे आनने चाप्यलंबुषा ॥
कुहश्च लिगदेशे तु मूलस्थाने च शखिनी ।

यांपैकी इडा, पिंगला आणि सुषुम्ना या नाड्या प्राणाचा आश्रय करून राहतात. हे प्राण म्हणजे चारूंच पाच प्रकार असून त्यांना सहाय्यक होणारे उपप्राण आहेत. त्यांची शरीरातील स्थाने आणि कार्य पुढील प्रमाणे आहेत.

वायूचा प्रकार	उपप्राण	शरीरांतील स्थान	परिणाम
प्राण	नाभ	हृदय	हेंकर
अपान	कूर्म	गुदस्थान	नेत्रोष्मीलन
व्यान	कुक्कुट	सर्व शरीर	शिक
उदान	देवदत्त	कंठ	जामई
समान	धनंजय	नाभि	सर्व शरीर व्यापून राहतो.

प्राणाचा संचार शरीरात होतो. त्यानंतर तो नाकाने बाहेर पडतो. हा वायू बाहेर पडताना ज्या किंवा पिंगला या नाड्यांतून बाहेर पडतो. ज्यावेळी हा डाव्या नाकपुडीतून बाहेर वाहतो तेव्हा तो इडा नाडीतून वाहतो आणि उजव्या नाडीतून वाहतो तेव्हा तो पिंगला नाडीच्या आश्रयाने वाहतो असे समजावे. या नाड्यांना अनुक्रमे चंद्रनाडी आणि सूर्यनाडी असेही म्हणतात. या दोन नाड्यांच्या मध्ये सुषुम्ना नाकाची नाडी आहे. ज्यावेळी स्वास दोन्ही नाकपुड्यांनी सारखा वाहातो, किंवा क्षणभर चंद्रनाडीतून तर

समजावे. या तीन नाड्यांच्या मार्फत कुण्डलिनी नावाच्या शक्तीला जागृती जाणव्याचे कार्य आपोआप होतं जाते. यामुळे या सर्वच नाड्यांना या शरीरात विशेष महत्त्व प्राप्त झाले आहे. या नाड्यांमधून वाहणारे जे वायू आहेत त्यांच्या योर्गे होणारे शरीरातील आणि शरीराबाहेरील अनेक विघ्न परित्याग लवकर आणि सहजपणे लक्षात येणारे असतात. त्यामुळे त्या परिणामांकडे लक्ष देताना त्या परिणामातून निव्वणारा वाईट प्रवाह बदलण्याची शक्ती याच प्राणनंचारात असते, याचे ज्ञान आपोआप होते. इतकेच नव्हे तर अगदी सामान्य माणसाला सुद्धा या परिणामांची नोंद घेता येते.

अज्ञान निरनिराळ्या माध्यमांच्या विचारांतून असे दिसून येईल की ही सर्व माध्यमे केवळ प्रणवाधिष्ठित आहेत. प्रणवाची साथ या सर्वांना आहे. त्यामुळेच या सर्वांचे कार्य अविरतपणे चालू आहे. ज्या वेळी कर्मद्रियांची शक्ती क्षीण होते तेव्हा ज्ञानेंद्रिये काम करीत असतात. ज्ञानेंद्रिये जेव्हा क्षीण होतात तेव्हा ज्या महान तत्त्वानी हा देह बनला आहे त्या तत्त्वांचा व्यापार चालू होतो जेव्हा ही पंचतत्त्वे क्षीण होण्याच्या मार्गाला लागतात तेव्हा पृथ्वी जलामध्ये, जळ तेजामध्ये, तेज वायूमध्ये वायू आकाशात आणि आकाश अखेर प्रणवात विरल होतो. याप्रमाणे प्रणवाची सर्व प्रकारची कार्ये मुक्ताणे या देहात ते सर्वच चालू असतात. याचाच अर्थ ॐकाराचे अस्तित्व संपूर्ण देहात व्यापक आहे.

मानवी शरीरामध्ये अत्यंत सूक्ष्म असे ज्ञानतंतू सर्वत्र विलुरले आहेत. या ज्ञानतंतूचे कार्य जरी मेंदूच्या अग्रस्थेमुळे चालत असले तरी त्या सर्व ज्ञानतंतूंना तेजोवान करण्याचे कार्य नात्र प्रणवामुळेच होते. कारण प्रणवाच्या बरोबर केलेल्या उच्चारानुसार ते ज्ञानतंतू एकदम प्रभावित होतात आणि त्याचे जे नेहमीचे कार्य असे त्यांना अधिक तीव्रतर कार्य करण्याचे सामर्थ्य त्यांच्यामध्ये येते. इतकेच नव्हे तर या प्रणवाची अनेक आवरणे जर या ज्ञानतंतूंना प्राप्त झाली तर ते ज्ञानतंतू कायमचे वलिष्ठ बनतात आणि देहान्तापर्यंत त्यांचे ते स्वरूप कायम राहते. या बाबतीत एका आंग्ल सहप्रवाशाला स्वामी विवेकानंदांनी दिलेले उत्तर आणि केलेली कृती मोठी मार्मिक आहे.

इंग्लंडमध्ये असताना स्वामी विवेकानंद एकदा रेल्वेच्या प्रथम वर्गाचे प्रवास करीत होते. त्यांच्या समोरच्या वाकावर दोन तरुण प्रोफेसर बसले होते. भारतीयांच्याबद्दल अशोदरच त्यांना दृष्ट होता. त्यांतल्या त्यात स्वामींच्या बेशामुळे तर ते अधिक चिडलेले दिसले. परंतु स्वामींच्या व्यक्तिमत्त्वामुळे त्यांना उघडपणे मात्र काहीच बोलता येऊ नव्हते. श्रीवासांला प्रारंभ झाला. गाडी पहिल्या स्टेशनवर उभी राहिली. तेव्हा प्लॅटफॉर्मवरील दुकान तून स्वामींनी एक पुस्तक विकत घेतले आणि ते गाडीत येऊन बसले. गाडी चालू झाली. स्वामींनी पुस्तक उघडले आणि वाचावयास प्रारंभ केला. स्वामी फार जलद वाचीत असत. एक पान पूर्ण वाचून झाले की ते फाडावे आणि गाडीच्या वाहेर फेकून टाके असा त्यांचा क्रम चालू होता. त्यांची ही कृती पाहून समोरच्या प्राध्यापकांनी स्वामींना वेडे ठरविले. पण त्यांना स्वामींजवळ बोलावचे धाडस मात्र होईना. स्वामींचे वाचन आणि पुस्तकाची पाने फाडून टाकण्याचे कार्य चालूच होते. होता होता जवळ जवळ निम्मे पुस्तक संपले. शेवटी न राहून त्या प्राध्यापकांनी स्वामींना विचारले, 'हे सद्गुरूहस्ते ! तू हे पुस्तक वाचण्यासाठी विकत घेतलेस. पण वाचून होताच त्याची पाने अशी फाडून का टाकीत आहेस ?'

'मग काय कायार ते ओसे माझ्याजवळ ठेवून ?' कारण मी तर संन्यासी.

तें पुन्हा वाचायला नाही का उपयोगी पडणार ?— प्राध्यापक.

'एकदा वाचने म्हणजे संपते. पुन्हा ते वाचावयाची जरूर राहातच नाही.' असे म्हणून त्यांनी नुकतेच वाचून संपविलेले पुस्तकाचे पान फाडले आणि त्यापैकी एका प्राध्यापकाच्या हातात देऊन म्हटले—पुन्हा बरं मी कोठे शुकती को काय ?' म्हणून स्वामींनी पुस्तकाच्या पानातील संबंध मजकूर पाठ म्हणून वाचविला. स्वामींचे ते कृत्य आणि अवाढव्य स्मरणशक्ती पाहून ते थक्क झाले. काही काळ त्यांना काहीच बोलता येईना. स्वामींचे कार्य पुन्हा पुढे चालू झाले.

स्वामींच्या या कृत्याचे त्यांना राहून राहून नवल वाटत होते. अखेर त्यांनी धीर करून स्वामींना विचारले, 'हे श्रेष्ठ पुरुषा, तू ही इतकी उत्तम स्मृती कशी काय प्राप्त करून घेतलीस ?'

‘आमच्या भारतात ह्या पुस्तकापेक्षा कितीतरी पटीने मोठे असे संपूर्ण स्मरणात ठेवणारे सत्पुरुष आहेत. सागरासारख्या त्यांच्या स्मृतिसमृद्धीपुढे माझी स्मृती वाळूच्या कणाप्रमाणे आहे. अशी स्मृती ताजी ठेवण्याचे कार्य आमचे मंत्र करीत असतात. या भारतीयांच्या मंत्राचा राजा जो ॐ तो अशी शक्ती कोणालाही देतो.’

या कथेतला अन्य विस्तार जरी दूर केला तरी त्याचा सहजपणे ध्यानात येणारा आहे. स्वामीचे म्हणणे इतके सत्य आहे त्याची प्रचितो नित्य प्रयत्नाने कोणालाही साधकाने केव्हाही या सर्व शब्द शब्दांचा परिचय आमच्या पूर्वसूरींना चांगल्या प्रकारे झाला होता. म्हणूनच त्यांनी आपल्या जीवनाव्यवस्थेचा एक महत्त्वाचा सोळा संस्काराचा नमावेश नित्याचारात केला. हे सर्व संस्कार केवळ पट्टेचा विषय म्हणून प्रस्तुत करा काळात मोठ्या विचारवंतांकडूनही गण्य जातात. कारण यांनी त्या संस्कारांच्या मुळाशी काही विज्ञानाची मूलभूत तत्वे लपलेली आहेत त्याचा सोध करण्याचा प्रयत्नच कधी केला नाही. या सोळा संस्कारांत अतवश किंवा विचाररंज म्हणून एक महत्त्वाचा विषय आहे. या विधीचे मुख्य कारण हेच की ज्या मंत्रांच्या केवळ उच्चाराने मानवाची स्मृती चिरंतन बनते त्या भारतीय महान मंत्राची ओळख करून देणे. ॐकार, गायत्री वर्गने नारखे अन्वयसाधारण असे अनेक मंत्र आहेत. त्या सर्वांची ओळख करून देणे असंभव्य असते. म्हणूनच ज्या वर्षी मोजी-बंघनासारखा विधी केला जातो त्या पांच ते अकरा व्याख्या बटूना झेपेल आणि सहजपणे प्राचरता येईल असा मंत्र त्यावेळी त्यांना शिकविला जात असे आणि आजही तो शिकविला जातो. त्या मंत्राच्या प्रभावाने बुद्धीच्या कोवळिकेतच तिच्यावर या मंत्राचा चांगला परिणाम घडतो. त्याचा उपयोग वेदासारखे ग्रंथ नुसते मुखोद्गत करणे इतकेच नव्हे तर शलाका परीक्षे-सारख्या दिव्यत्वातून देखील त्यांची स्मृती आणि बुद्धी त्यांना सहजपणे पार करीत असे. त्याचाच एक भाग म्हणून वेदपठणातील पद, क्रम जटा, चन वगैरे पद्धती पार पूर्वीपासून अस्तित्वात आणून भारतीयांनी आपले बहुमोल अतिप्राचीन वाङ्मय चिरंतन ठेवण्याचा बहुमोल प्रयत्न केला. त्यामुळेच आजच्या क्षणापर्यंत ते पूर्वीच्या इतकेच ताजेंतवाने राहिले आहे

या वाङ्मयांत ॐकाराच्या अतिशय महत्त्व आहे. त्यामुळे याच्या उपासनेने, जे काही महत्त्वाचे आणि चांगले असे करक मानवी देहांत घडतात त्यांची नोंद घेऊन कित्येक वर्षे हे अनुभवाचे ज्ञान प्राचीन प्रजावंतांनी चांगल्या अवस्थेत ठेविले आहे. याचा संपूर्ण विचार करता आला नाही तरी काही मर्यादित मात्र तो करावा लागेल त्यांत प्रणवोच्चाराचे काही दृश्य परिणाम स्पष्ट करावे लागतील.

‘ॐकार किमया’च्या पहिल्या भागांत ॐकाराचा मात्रा विस्तार कथन करताना यांतला काही अल्पसा भाग आला आहे. भगवान् रामचंद्रांनी मासतिरायांना जी गीता सांगितली त्यांत आलेसा मात्रांचा विस्तार त्या मामाने स्थूल आहे. मात्राभेद एकूण २५६ असल्याचे त्या ठिकाणी नमूद केलेच आहे. या प्रत्येक मात्रेचे स्थूलमानाप्रमाणे आणखीही सूक्ष्मभेद होतात. विशेषतः एकेका मात्रेचे ‘शतभेदाः प्रजावतान्’ असे आणखी भेद होऊन त्या सर्वांचा अंत स्वचेच्या मर्यादित होतो. अर्थात तो भेद देखील सर्वत्र सारखा नाही. काही ठिकाणी या ज्ञानतंतूची सूक्ष्मता अति स्थूल असून काही ठिकाणी ती वरचित स्थूल असल्याचेही आढळून येईल. विशेषतः ओठ, जिह्वा, डोळे, स्तनाग्र आणि लिंग या ठिकाणचे ज्ञानतंतू अतिशय सूक्ष्म आणि अतिशय तीक्ष्ण संवेदनात्मक आहेत. तर त्या मानाने तळपाय, गुडचे बैठक, पाठ आणि नस्तक यांचे ज्ञानतंतू स्थूल आहेत. अर्थात अन्य ठिकाणचे ज्ञानतंतू मध्यम प्रकारचे आहेत. ह्या सर्व ज्ञानतंतूंचे स्वरूप सामान्य माणसाचे आहे परंतु जसे पाहिले तर मूल जन्मतः तेव्हा त्याचे सर्वच शरीर अत्यंत संवेदनात्मक असते याच्या वाच्याचा ब्रह्मा उन्हाळ्याचा किंचितसा स्पर्श सुद्धा त्या मुचाला त्रासदायक ठरतो. त्यावेळी त्याचे ज्ञानतंतू अतीव संवेदनात्मक असतात मुलाचा आपल्या कुतीला नियमित प्रतिसाद मिळत नसल्याने त्या ज्ञानतंतूची सूक्ष्म संवेदनक्षमता सामान्यांच्या अनुभवाला येत नाही ह्या संवेदना मूल ज्याप्रमाणे वाढत जाते त्या प्रमाणात कठोर वनत जानात आणि वृद्धपणी तर त्या फारच कठोर बनतात. या कठोरतेचे वर्णन करताना ज्ञानेश्वर महाराजांनी ज्ञानेश्वरीच्या तेराव्या अध्यायांत-

फुलाचिया भोगा-। लागीं प्रेमद भागा।

ते करेयाचा गुडपा। ऐसें होईल। ज्ञाने. १३-५५७

अशी ओवी घातली आहे. या ओवीचा अर्थ असा की फुलांचा भोग घेण्याचा अवयव म्हणजे अर्थ जे नाक ते संवेदनाक्षमतेच्या बाबतीत उंटाच्या गुडघ्याप्रमाणे म्हणजे ज्याला तप्त वाळूचे सुटा चटके बसत नाहीत इतके कठोर बनते. या प्रमाणांतच इतर अवयवांचे देखील आहे. सारांश या संवेदनाशील अवयवांना म्हातारपणी कठोरपण येते म्हणजे त्या ठिकाणी असणारे ज्ञानतंतू क्षीण बनतात. त्या ज्ञानतंतूंचे सूक्ष्म संवेदपण तीव्रपणे कायम राहावे यासाठी देवळ या मंत्राचे उच्चारण श्रेष्ठ मानण्यांत आले आहे. त्यांतल्या त्यांत अकाराच्या अतिशय सूक्ष्म उच्चारणें प्राकृतिक संजीवन प्राप्त होते. कारण त्याच्या एकूण मात्रा म्हणजे या शरीरांतल एकूण ज्ञानतंतूची मुखे होत. ही सर्व मुखे त्वचेच्या अंतरभागाला येऊन मिळलेली आहेत. त्यामुळे त्वचेला कशाचाही स्पर्श झाला तरी त्याची नोंद सहजपणे होते. ही मुखे जितकी सुदृढ असतील त्या मानाने संबंध शरीराची आंतरिक सुदृढता असते. बालवयांत ती चांगली असते, पण ज्ञानेश्वरवादी महारम्भांचे तर सांगणे असे आहे की शरीरत्यागाच्या वेळी देखील बालपणाची स्थिती कायम राहिली पाहिजे. ज्याला योग अशी संज्ञा आहे. त्या योगप्रक्रियेने अशा प्रकारची स्थिती साधकाला प्राप्त होते. या उत्कृष्ट स्थितीचे वर्णन ज्ञानेशांनी फारच बहारीचे केले आहे.

तो कनकचंपकाचा कळा । कीं अमृताचा पुतळा ।

माना सासिशला मळा । कोंवळिकेचा । ज्ञाने. ६-२५७

बुद्धाप्य तरी बहुडे । तारुण्याची भांडी बिघडे ।

लोपली उघडे । दाळदशा ॥ २६०

कनकद्रुमाच्या पालवी । रत्नकळिका नित्य नवी ।

नखे तंशी बरवी । नवी निघसी ॥ २६२

करचरणतळे । जंसी का रातोस्पले ।

पाखाळी होती डोळे । काय सांगो ॥ २६५

कुण्डलिनी नांवाच्या शक्तीच्या जागृतीमुळे होणारे जे शारीरिक फरक त्यांचा हा आढावा आहे. कुण्डलिनी शक्तीची जागृती म्हणजेच सर्व ज्ञानतंतूंचे निरोगीपण होय. कारण ज्ञानतंतूंच्या पूर्ण निरोगीपणाशिवाय कुण्डलिनीची जागृती होत नाही. ही सिद्धावस्था ज्याप्रमाणे योग मार्गाने

प्राप्त होते त्याचप्रमाणे ॐकार किंवा अन्य महत्वाच्या मंत्राच्या विशिष्ट उच्चारणे देखील ती प्राप्त होते. प्रणवाचा उच्चार हा त्या दृष्टीने अत्य सोपा असून तो कोणालाही करता येण्यासारखा आहे. ॐकाराचा उच्चार केला की शरीरातील सर्व ज्ञानतंतूंना एकदम चालना मिळते आणि त्यांचे परिणाम कळून येतात.

ॐकाराच्या नादस्पर्शनाचा परिणाम या ज्ञानतंतूवर तीव्रपणाने होतो. यामुळे मानवाच्या शरीरात केवळ ॐकाराच्या उच्चाराने जी स्पर्शने निर्माण होतात त्यावरून मानवाच्या मनात कोणत्या विचारांची स्पर्शने चालू आहेत किंवा शरीरात कोणत्या ठिकाणी कोणत्या तऱ्हेचा प्राकृतिक अडथळा निर्माण झाला आहे याचे ज्ञान जाणकाराला होवू शकते. वैद्याला ज्याप्रमाणे मनघटाशी असलेल्या तीन नाड्यांच्या स्पर्शाने संबंध शरीराचे निरोगिता किंवा रोगविकृती कळू शकते, त्याप्रमाणे मनाची आणि शरीराची निरोगिता अथवा रोगविकृती केवळ ॐकाराच्या नादस्पर्शाने होऊ शकते. त्याकरिता मानवी शरीराची जी अनेक अग्ने आहेत त्यांचा विचार करावा लागतो. त्यातल्या त्यात दोन्ही हातपाय आणि शिखा किंवा स्त्रियांचे केस यांना स्पर्श केला असता विशेष स्वरूपाचे ज्ञान प्राप्त होते. त्या बोंटाची स्पर्शस्थिती कशी असते आणि त्यामधून हे ज्ञान कसे प्राप्त होते हा अतिशय मोठा आणि अनुभवाप्रमाणे विषय आहे.

या ज्ञानतंतूचे सूक्ष्मपण इतके सूक्ष्म आहे की रक्तवाहिन्या व श्वा- वाहिन्यांचा आश्रय त्यांनी केला आहे. त्या वाहिन्यांमध्ये हे ज्ञानतंतू इतके मिसळून गेले आहेत की त्याचे वेगळेपण खरे पाहिले तर दिसूनही येत नाही. विशेषतः हाताच्या बोंटांमध्ये असलेले ज्ञानतंतू मनुष्याच्या अंतराचा ओळख करून देऊ शकतात. या तंतूंचे स्थान रोहिणी नावाच्या स्पर्शयुक्त रक्तवाहिनी बरोबर आहे त्यामुळे प्रत्येक बोंटाच्या दोन्ही बाजूंना मिळणारा स्पर्श विशेष स्वरूपाचा आहे. हाताने या सर्व नाड्यांची स्पर्शने पाहिली की ती निरनिराळी आहेत याचे ज्ञान होते. त्या सर्व स्पर्शनाचा सूक्ष्म संबंध मानवी शरीराच्या आतील सर्व अवयवांशी निरनिराळ्या प्रकारे आला आहे, त्या अवयवांची प्राकृतिक निरोगी अवस्था या स्पर्शनावरून समजते. त्याचप्रमाणे असा मनुष्य सामक असेल तर त्याच्या

साधनेत त्याची प्रगती कशी काय आहे, याचाही अंदाज या स्पर्शाने संभवतो. अर्थात या ठिकाणी ही मोष्ट प्रामुख्याने लक्षात ठेविली पाहिजे की स्पर्श जाणणारा मनुष्य सुद्धा तितकाच चांगला साधक असावा लागतो. हे सर्व सांगण्याचे कारण इतकेच की ॐकाराचे स्पर्श किती सूक्ष्म आहेत याची जाणीव यावी याच जाणिवेचा उपयोग पुढे योगनिदान आणि मननिदान यासाठी करता येतो त्याप्रमाणे स्वतःचे स्पर्श स्वतः पाहून आपली निरोगिता माणसाला व्यवस्थितपणे टिकविता येते. पूर्वीच्या ज्ञानी लीकानी याचा अतिशय चांगला उपयोग करून घेतला होता आजही हे ज्ञान लुप्त झालेले नाही. काही गिरिजन किंवा हिमालयनिवासी शुद्धवृत्तीचे साधू या ज्ञानाचा उपयोग आजही करीत आहेत. सामान्य लोकांना तो खमत्कार वाटतो. पण खरे पाहिले तर तो खपरछार नसून ईश्वराने आपल्या सत्तेने निर्माण केलेली ही सत्यस्थिती आहे. ॐकाराची उपागना या सर्व सूक्ष्म तरांना विस्तृत करून सामान्य माणसाला त्याचे परिणाम गोचर होतील असे सामर्थ्य देत असते. ॐकाराच्या अणभूत किमयेचा प्रत्यय कसा येतो याचा विचार करताना लौकिक आणि अलौकिक सिद्धीचा विचार करावा लागतो. लौकिक सिद्धी सांसारिक समृद्धता प्राप्त करून देतात तर अलौकिक सिद्धी ईश्वराचे सान्निध्य प्राप्त करून देतात.



४

ॐकाराची सगुणसाधना

ॐकाराच्या दिव्यत्वाचा प्रत्यय येण्यासाठी मानवाला विशिष्ट साधनेची नितात गरज आहे. या साधना दोन प्रकारच्या आहेत. एकीला सगुण साधना असे म्हणतात तर दुसरी निर्गुण साधना होय. खरे पाहिले तर ॐ ही निर्गुण साधना आहे असेच म्हणणारे अनेक महात्मे आणि विद्वान आहेत परंतु ज्याअर्थी निर्गुण साधना आहे त्याअर्थी या साधनेचा पर्याय म्हणून सगुण साधना असलीच पाहिजे हे निश्चित आहे. सगुण साधना गोणी असली तरी निर्गुण साधनेकडे नेवारी ती एक महत्त्वाची पायरी आहे. या पायरीच्या आश्रयानेच श्रेष्ठ पदवीला जाता येते. एकदम

निर्गुण उपासनेला प्रारंभ करणे असंभव आहे. जे निर्गुण उपासना करतात त्यांना जर आपण विचारले की ही उपासना कशी करतात तर त्यांचे उत्तर देताना सगुण उपासनेचा आश्रय केल्याविना त्यांना निर्गुणत्वाचा आविष्कार घडविताच येत नाही. घाबरून हे अगदी स्पष्ट आहे की सगुण साधना करणे ही काही चुकीची धोष्ट नाही, जोपर्यंत मानवाने देह धारण केला आहे तोपर्यंत त्याला खात्रीने मोजमाप आहे. देहवंताला देहशून्यत्वाचा साक्षात्कार व्हावा असे वाटत असेल तर देहाकार म्हणजे काय ते पूर्णपणे कळले पाहिजे तर काय नाहीसे करावयाचे ते समजू शकेल. आजच्या जगांत प्रत्येक माणसाला सुखाची अपेक्षा आहे. पण त्याला सुख मिळत नाही. सुख याची व्याख्याच मूळी अशी आहे की ज्यामध्ये क्षरता किंचितही संभवत नाही अशा तऱ्हेचा जो इंद्रियलायात्मक आनंद त्याला सुख अशी संज्ञा आहे. आपण ज्याला सुख म्हणतो ते सुख कधीच नसते. आपण त्याला सुख असे नाव देतो. मूळचे दुःख, परंतु आपण त्याला सुख असे नाव दिल्याने याचा भोग म्हणजे सुख असे आपण मानतो. ज्ञानेवांनी हा विषय आणखी स्पष्ट केला आहे. त्यांच्या त्या ओढ्या मुळातूनच पाहण्यासारख्या आहेत.

अगा विषाचे कान्हे वाटुनि । जो रसु घेईजे पिळुनी ।

तया नाम अमृत ठेवुनि । जेंसे अमर होणें ॥ ज्ञाने ९-४९८

तेवि विषयांचे जे सुख । ते केवळ परमसुख ।

परि काय कीजे मूर्ख । न सेवितो न सरे ॥ ४९९

एखाद्या विषयार्थ वनस्पतीचे कन्द वाटून त्याचा रस काढायचा, त्याला अमृत असे नाव द्यावयाचे आणि तो रस अमृत म्हणून पिऊन अमरत्वाची आशा करावयाची हे किती ब्रह्मणपणाचे ठरेल? त्याप्रमाणे या अनेकविध विषयांच्या सेवनाने मिळणारे जे सुख ते केवळ दुःख आहे. मूर्ख लोक मात्र त्याचेच पुन्हा पुन्हा सेवन करतात. ज्यावेळी अशा तऱ्हेचे मानलेले सुख गेल्या अर्थाचे सुख नसून केवळ दुःख आहे आणि ते दुःख कधीही संपणारे नाही, असे ज्याला कळेल तो वा असल्या सुखानुभूतीची अपेक्षा कधीच करणार नाही. ज्ञानेवर महाराजांनी हे सर्व प्राण्य केल्यावर साधकांना म्हणून अर्जुनाच्या निमित्ताने जी आज्ञा केली आहे ती या बाबतीत विचारणीय आहे.

तरी सप्तसर्वाणि बहिः । इये भक्तिचिन्ते वाटे लाग ।

जया पावती अर्थान्न । निजधाम माझे ॥ ज्ञाने. १.५१६

दुःखाचे ज्ञान होतांच ते सटकून टाकणेच श्रेयस्कर होय. परंतु त्यापूर्वी त्या दुःखाची ओळख पटली पाहिजे. काय टाकायचे ते कळले पाहिजे, तरच कशाचा आश्रय करावयाचा ते समजू शकेल. त्याप्रमाणे निर्गुण साधना सर्व-श्रेष्ठ खरी पण ती श्रेष्ठपदवी प्राप्त करून घेताना कोणत्या अन्य साधनांचा त्याग केव्हा आणि कसा करणे जरूर आहे ते पूर्णत्वाने समजले नाही तर साधकाचे मन सगुण-निर्गुणाच्या मध्यात हेलकावत राहील ही हेलावती स्थिती साधकाच्या प्रगतीचा आणि सर्व कल्याणाचा विचार करता अर्थान्न घातक आहे हे लक्षात ठेविले पाहिजे.

सगुण आणि निर्गुण साधनेच्या बाबतीत देखील नेहमी हाच गोधळ मनामध्ये धेमान घालीत असतो. कारण निर्गुण साधन आपण समजतो इतकी सोपी नाही. साधकाच्या अंगी ती पात्रता येणे ही भाग्याची जरी गोष्ट असली तरी तितकीच ती अवबडही आहे. निर्गुण उपासना समजण्यासाठी सगुण उपासना म्हणजे काय याची माहिती मिळाली पाहिजे ह्या-तूनच निर्गुण उपासनेचा श्रीयज्ञेशा होतो. प्रस्तुतच्या प्रकरणात सगुण साधना किंवा सगुण उपासनेचाच विचार कर्तव्य आहे.

उपासना याचा अर्थ सान्निध्य असा केशवास तो अधिक मोईचा होणार आहे. ॐकार उपासना म्हणजे ॐकाराचे सान्निध्य. एखाद्या वस्तूचा लाभ व्हायचा म्हणजे दोन प्रक्रियांपैकी एक निश्चितपणे हाताळावी लागते एक तर वस्तू आपणाकडे आणणे किंवा आपण त्या वस्तूजवळ जाणे जागतिक अनेक वस्तूंच्या बाबतीत आपणास त्या वस्तूकडे जावे लागने. उदाहरणार्थ, एखादे पुस्तक आपणाला पाहिजे आहे. तर आपण ते पुस्तक ज्या ठिकाणी असेल त्या ठिकाणापर्यंत चालत जातो. किंवा ते पुस्तक ज्याच्याकडे आहे त्याला आपण अन्य मार्गाने तरी भेटण्याचा प्रयत्न करतो आणि त्या पुस्तकाचे सान्निध्य आपण प्राप्त करून घेतो. एकदा त्या पुस्तकाचा आपण योग्य असा उपयोग केला की ते आपण हातावेचले करतो. त्या पुस्तकाची जरूरी पुन्हा आपणास लागेलच असे निश्चितपणे सांगता येत नाही. किंवा तुम्हाला तुमच्यापासून दुरावले तरी तुम्हाला त्याची फारशी काळजी वाटत

नाही. अशा या पुस्तकाचे साक्षिस्थ मिळविण्यासाठी आपण जे प्रयत्न अथवा जी धडपड केली तिला गोंडस असे नांव द्यावयाचे झाले तर 'साधना' असे देता येईल. थोडक्यात सांगायचे तर साधना म्हणजे एक विशेष प्रक्रिया आहे. परंतु जागतिक वस्तूचा लाभ न इच्छिता चिरंतन वस्तूचा लाभ व्हावा असे वाटत असेल तर त्या वस्तूची ओळख करून घेण्याचा केवळ बाह्य प्रयत्न करून चालत नाही. इंद्रियांची धांव जोरयंत आहे तोपर्यंत इंद्रियांच्या सहाय्याने जातां येते परंतु पुढे हा मार्ग संपुष्टात येतो. अशा वेळी आंतर-इंद्रियांची मदत घ्यावी लागते. या मदतीने ज्या चिद्वस्तूचा लाभ व्हावा म्हणून आपला प्रयत्न असतो ती वस्तू अन्यत्र कोठे नसून, किंवा आपण त्या वस्तूकडे जात नसून आपल्यामध्येच त्या सद्‌वस्तूचा आविष्कार घडत असतो. मात्र हा आविष्कार इंद्रियांच्या अस्तित्वामुळे होचर होऊ शकतो. एकदां असा आविष्कार झाला, किंवा या आनंदाची प्राप्ती झाली म्हणजे त्यात कमीपणा कधीच होत नाही. ज्ञानेश्वर हे भक्तिमार्गाचे अध्ययन म्हणून गणले जातात. सगुण आणि निर्गुण भक्तिच्या वाटा अर्थात प्रबूकपणे दाखविण्याचे कार्य ते आरव्या ज्ञानेश्वरीसारख्या समवे संघातून करतात. त्यांचा मागोवा घेणे या बाबतीत निश्चितच उचित ठरेल. या सगुण भक्तीच्या वायतीन ज्ञानेश्वरी महत्त्वाच्या अशा चार पायऱ्या सांगितल्या आहेत. नवव्या अध्यायातील अखेरचा श्लोक खालीलप्रमाणे आहे.

मन्मना भव मद्‌भक्तो भगवो मां नमस्कुरु ।

मामेवंप्रति युक्तं वमात्मानं मत्परायणः ॥ १-३४

त्यातील महत्त्वाच्या पायऱ्या खालीलप्रमाणे आहेत

(१) मन्मना भव ।

(२) मद्‌भक्तः भव ।

(३) मद्याजी भव ।

(४) मां नमस्कुरु ।

या पायऱ्याप्रमाणे अगदी खालची पायरी 'मां नमस्कुरु' ही असून सर्वांत वरची किंवा श्रेष्ठ पायरी म्हणजे 'मन्मना भव' ही होय.

कितीच वेळी असे पडते की आपण रोख कार्यालयात जातो. रस्त्याच्या एका कडेने आपण जातो. त्याच वेळी रस्त्याच्या दुसऱ्या बाजूने

एक गृहस्थ असाच आपल्या कार्यालयात नित्य जात असतो. आपली आणि त्याची गाठ ठराविक वेळी नित्य पडते ही दृष्टभेट दृढ होऊ लागली की त्याच्या पुढील पायरी म्हणजे एकमेकाकडे दुरून पाहून हसणे. त्याच्यानंतर एकमेकांनी एकाच बाजूला येऊन एकमेकांला नमस्कार करणे एकमेकाची विचारपूस करणे या स्थितीवरून मैत्री अधिक बळावते. एकमेकांसाठी काही त्याग करून सुसंवाला सुखी करण्याचा प्रयत्न करतो. मैत्री अशीच पुढे वाढत जाते. एकमेकांना भेटी वाचून जरा सुद्धा घेऊन पडत नाही. थरातली मंडळी देखील पुढे म्हणू लागतात तुम्ही त्यांच्या फारच भजनी लागला आहात. त्या मित्रांमिवाय तुम्हाला काही दिसतच नाही. पुढे पुढे तर ते मित्र इतके जवळ येतात की त्यांच्याशील वैचारिक दंड सपते. प्रत्येकजण एकमेकाचा बहिश्चर प्राण असावा त्याप्रमाणे त्यांची आचारवृत्ती बांधीस लागते.

या ज्या दृढ मैत्रीच्या पायऱ्या कथन केल्या आहेत त्याप्रमाणेच भगवंतांनी भक्तीच्या महत्त्वाच्या अशा चार पायऱ्या या श्लोकांन सांगितल्या आहेत. भगवंतांच्या प्राकृतिक स्वरूपाची ओळख झाली की नाही दिवसांच्या अधिक परिचयाने त्या भगवंतांच्या मूर्तीवरून आदर निर्माण होतो. आपले लहानपण जागृत होते आणि त्या मूर्तीने जेन होताच आदराने नमस्कार केला जातो. देव या सज्जला पात्र झालेल्या त्या मूर्तीचा ठसा अंतरात उसू लागतो आणि हळूहळू त्या देवतेकडे आपले मन पूर्णपणे लागून राहते. त्याच परिघाठांतून एक एक पायरी मागे टाकून टाकता सर्वश्रेष्ठ पायरीवर येऊन साधक आपोआप आरूढ होतो याच पायऱ्या कथन करणाऱ्या ज्ञानेशांच्या या श्लोकावरील ओव्या पहा—

(१) मन्मना भव ।

तू मन हें मीचि करी

(२) मद्भक्तो

भाक्षिया भजनी प्रेम धरी ।

(३) मद्याजी

भाक्षेनि अनुसंधाने देख ।

संकल्पु जाळणें निःशेष ।

मद्याजी चोख । याचि नांव ॥

या चरही पायऱ्या प्रणवाच्या उपासनेच्या बाबतीत देखील खऱ्या आहेत. ॐ हे एक अक्षर आहे. म्हणजेच एक विशिष्ट तऱ्हेचा आकार आहे. ॐ ही भगवंताची अक्षरमूर्ती आहे असे म्हटले तर त्यांत बाईने काहीच नाही. आपण साधक आहोत. आपणही आकार घाण केला आहे. आपण ज्या देवतेची उपासना करावयाची ती देवता साधकाचा जो मानवी आकार आहे, त्याच आकाराची परंतु निर्दोष अशी असेल असेच मानतो. ही मानवाची भगदी सहज प्रवृत्ति आहे. त्या प्रवृत्तीनेच तो आरली देवता आणि स्वतः याचे नाते निर्माण करतो. हे नाते देवता आणि उपासक असे असते. हा निर्माण केलेला आकार धर्मेच्या कक्षेतून निर्माण झालेला असल्यामुळे त्या उपासकाखेरीज अन्यथाचे नाते त्या देवतेशी त्याच कक्षेतून निर्माण होईल. असे मुळीच नाही. याच प्रकारातून जनेक देवतांच्या प्रतिमा पूजनीय म्हणून अस्तित्वांत आल्या आहेत. परंतु केवळ आकार आले म्हणूनच उपासना होते किंवा करता येते असा जो त्यांच्याभोवती समज आहे, तो मात्र धममूलक आहे. याचा अर्थ असा नव्हे की मूर्ती ह्या उपासनेच्या बाबतीत त्याच आहेत. जोपर्यंत आपण इंदियातीत होऊ शकत नाही, तोपर्यंत अशा मूर्तीची किंवा प्रतिमांची सात्त्व गरज आहे. कारण मूर्ती हे उपासनेचे एक महत्त्वाचे साधन आहे. ईश्वर हे साध्य आहे, ते या मूर्तीच्या माध्यमातून हाती आणावयाचे आहे. या दोन महत्त्वाच्या गोष्टी जर चांगल्या समजल्या तर साधकाच्या साधनक्रियेत कोणत्याही कारणाने चलविचल होणार नाही. पण साध्याचे साधन होत गेले की तो साधक परमाची किंवा ईश्वरार्थी कधीच होऊ शकत नाही. जरा निराळ्या शब्दात सांगायचे तर ज्या स्वच्छी-काळी पूर्वीचे साध्य हे नंतरचे साधन बनते त्याला मसार म्हणतात आणि ज्या ठिकाणी साधन हे नेहमी साधन आणि साध्य नेहमी माध्यम राहाते तो खऱ्या अर्थाने परमार्थ होय.

एखादा लहान मुलगा शिकत आहे. त्याची आई त्याला म्हणते बाळा लवकर आणि चांगल्या गुणानी झालान्त परीक्षा उत्तीर्ण झाली पाहिजे. मानेच्या आज्ञे आणि इच्छेप्रमाणे झालान्त परीक्षा उत्तीर्ण होणे हे त्याचे साध्य बनते. ते साध्य स्वाधीन करण्यासाठी तो पुस्तके, प्रयोगशाळा यांच्या साधनाने तो ती परीक्षा उत्तीर्ण होतो. साध्य त्याच्या हाती येते. हे साध्य हाती येताच

त्याचे साधन करून तो महाविद्यालयांत जातो. त्यावेळी पूर्वीचे साध्य आता साधन झाले असून महाविद्यालयाच्या कुठल्या वर्षाची परीक्षा उत्तीर्ण करण्याचे त्याचे साध्य असते. पुढे ते पूर्ण झाले की तो डॉक्टर होण्यासाठी अन्य महाविद्यालयात प्रवेश मिळवितो. त्या प्रवेशासाठी महाविद्यालयाच्या द्वितीय वर्षाची परीक्षा उत्तीर्ण झाली. हे पूर्वीचे त्याचे साध्य आता साधन म्हणून उपयोगी पडते. नेटाने आभ्यास करून पुढे हा चांगला डॉक्टर होतो. साध्य हातो येते. त्या साध्याचे साधन करून तो नोकरी शोधतो. नोकरी हे साध्य झाले. नोकरी मिळाली की त्या नोकरीचे साधन करून तो लग्न करतो. लग्न हे साध्य बनते. याप्रमाणे एके काळी जे साध्य होते ते साधन बनते आणि त्या बदलत्या स्थितीत साधक नित्य ट्रेलकावे खात राहतो. त्याला 'संसार' अशी संज्ञा आहे. संसार हा कधीही न संपणारा आहे. म्हणूनच भगवंतांनी त्याला अजन्म्याचे स्वरूप देऊन आपले मनोगत अर्जुनाला सांगिले.

परंतु अशी दोलाचल स्थिती ज्या टिकाणी मुळीच नसते. साध्याचे साधन कधीच बनत नाही, अशा स्थितीमध्ये कसत्या जाणाऱ्या कुठिला परमार्थ असे म्हणतात. ज्यावेळी गांधी ईश्वराचा म्हणून उपासन करतो तेव्हा त्याला पारमार्थिक पान्यस्य असे संबोधितात. म्हणजे त्याचे ध्येय आणि साधन एकच आहे. कोणत्याही अवस्थेमध्ये त्यात बदल होत नाही.

भद्रपद महिन्यात आपण धरी गणपती आणतो. त्याची प्रतिष्ठापना करतो. रात्री त्याची आरती प्रार्थना करता. तो प्रसादाचा खव्याचा मोदक त्याच्या हातावर ठेवून उर्वरित प्रसाद आपण आपल्या मित्रासमवेत सेवन करतो. आपण झोपा गेल्यावर त्या खव्याचा प्रसाद मांजरा गणपतीच्या हातावर उढी मारते. मांजराला खव्या गेली पण त्याचवेळी गणपतीचा हात मात्र दुखावतो. आपण सकाळी पाहावे तो मांजरीच्या आकारात विकृती निर्माण झालेली असते. ही गाण्ट लक्षात घेताच त्या मूर्तीतील देव नाहीसा झाला असे समजून लगेच त्या गणपतीच्या मूर्तीचे आपण विसर्जन करतो. या क्रियेवर ज्ञानेशानी उकृष्ट प्रकार पाडला आहे. ते म्हणतात.

अथ आकार एक पुढां देखतो । तंव हा देव येणें भावं मज्जंती ।

मग तोचि बिघडलिया टाकिती । नाही म्हणोनी ॥ अ. ९.१७०

केवळ आकार म्हणजे देव असे मानून तेच साध्य हाती मिळविण्यासाठी साधन-करणारे लोक खसारी असतात. आकारपेक्षा देवाला प्राधान्य देणारे साधक परमार्थी असतात. कारण आकार आज किंवा उद्या नाहीसा होणार आहे. पण देवत्व हे चिरकाल टिकणारे आहे. साधक देवत्वाचा असणे आवश्यक आहे. आकाराचा नको. याचाच अर्थ असा की देवत्व हे साध्य असून मूर्तीचे अनेकविध आकार हे अनेक साधनांपैकी एक आहे हे जाणून घेतले पाहिजे. जोपर्यंत साध्य हाती आले नाही तोपर्यंत साधन चांगल्या स्थितीत असणे किंवा चांगल्या स्थितीत ठेवणे अत्यंत महत्त्वाचे आहे. देवत्वाचा साक्षात्कार होईपर्यंत ते देवत्व आपण ज्या मूर्तीच्या किंवा प्रतिमेच्या मार्फत साधण्याचा प्रयत्न करतो ती मूर्ती साजरा म्हणून ठरते. साध्य हाती येईपर्यंत ती प्रतिमा अविकृत राहिलीच पाहिजे. यासाठी मूर्ती किंवा आकार याची सामान्य साधकाला त्याच्या मध्यमेन गरज आहे. अशा मूर्तीच्या माध्यमातून साध्य साधणे याचाच अर्थ सगुण उपासना होय. परंतु अशा मूर्तीच्या किंवा प्रतिमांच्या माध्यमाव्हेरीज सतत देवत्वाचा अनुभव घेणे याचा अर्थ निर्गुण उपासना असा आहे. सगुण उपासना करता करताच निर्गुण उपासनेची क्रिया साधकाच्या हातून जाणीवपेक्षा वाढत असते.

ॐकाराच्या बाबतीत देखील हाच विस्तार सर्वत्र लागू पडतो. ॐ ही ईश्वराची अक्षरमूर्ती आहे. अन्य देशांच्या मूर्ती-प्रतिमांने निरनिराळ्या धातूंच्या अथवा मातीच्या असतात त्याप्रमाणे हा मूर्ती अक्षराची आहे. दिसायला एक दिसणारे हे अक्षर एक असून त्यात अक्षरे आणि आकार याचा समन्वय आहे. म्हणूनच याला अक्षरमूर्ती अशी संज्ञा दिली (याबद्दलचा अधिक 'विस्तार ॐकार' किमया प्रकरण दोन मध्ये पहावा) अशा या अक्षरमूर्तीचा उपयोग करून देवत्व साधणे हा साधकाचा प्रमुख उद्देश असला पाहिजे. सगुण साधनेमध्ये देवाची मूर्ती किंवा प्रतिमा साधकाला नेहमी गोचर होत राहिली पाहिजे. तरच ती साधना श्रेष्ठ होय. अर्थात साधकाला ही मूर्ती अनेक इंद्रियांच्या मार्फत गोचर होते. डोळे, नाक, कान, वगैरे जी ज्ञानेन्द्रिये आहेत त्यांच्या मार्फत ती मूर्ती गोचर होते. अर्थात सर्व ज्ञानेन्द्रियांचे केंद्र मन आहे. साधकाला प्रिय अमणान्या देवतेची मूर्ती डोळ्यांनी पाहून, किंवा त्या देवतेचे नांव किंवा लीलाचरित्र कानांनी ऐकून

एकदा खेड्यांतील एक मोठ्ठीविक्या शहरात येऊन मोठ्ठी विक्री लागला. ज्या भागांत श्रीमंत लोक राहात किंवा व्यापारी लोक व्यवसाय करीत त्या ठिकाणी तो आपली मोठ्ठी विक्रीत असे. एकदा तो एका घरा फाच्या दुकानी मोठ्ठी विकण्यासाठी आला होता. तेव्हा त्याला असे दिसले की दुकानाचा मालक गादीवर बसला आहे. समोर एक शुभ्र वस्त्र पसरले असून त्यावर चमचम करणारे काही खडे आहेत, आणि त्याच्या पलीकडे एक व्यापारी बसला आहे. समोरच्या खेड्यांतून एक खडा उचलून मालकाला दाखवीत तो म्हणतो-- शेटजी, हा फारच उत्तम खडा आहे. किंमतही काही फार नाही. फक्त हजार रुपये. पुन्हा दुसरा खडा उचलून तो म्हणाला याची पंधराशे. याप्रमाणे एकेका खेड्याची किंमत हजारोत वाढलेली ऐकून या मोठ्ठीविक्याला जरा मजल वाटले. त्याने विचार केला, रानात जा, लाकडे तोडा, मोठ्ठी बांधा आणि ती शोक्यावर येऊन गाबभर भटका. यापेक्षा आपण जर खेड्यांचा व्यापार केला तर आपण एकदम श्रीमंत होऊ. कारण असले खडे आपल्या गावी नदीकाठच्या बाळूत पुष्कळ आहेत. मनाशी निश्चय करून तो घरी आला.

मनाशी ठरविण्याप्रमाणे दुसऱ्या दिवशी त्याने निरनिराळ्या रंगाचे खडे जमवून त्याची एक पुरचुंडी बांधली आणि तो त्या सराफाकडे गेला. त्याला पाहताच सराफाने विचारले, काय आज मोठ्ठी बघरे नाहीं आणलीस?

मालक, आज मोठ्ठी नाही आणली, पण खडे मात्र आणले आहेत. खडे आणि ते कसले ?

काल तुम्ही नव्हता का ते खडे पाहात ? त्यातलेच खडे आणलेत. त्याच्या या अनपेक्षित उत्तराने सराफाने त्याला काय म्हणायचे ते ताडले. त्याने त्याला आत पायला सांगून आपल्या समोर बसविले. आणि म्हणाला-- 'हं काढ तुझे ते खडे.'

त्याच्या शब्दाबरोबर पुरचुंडीत बांधलेले निरनिराळ्या आकाराचे खडे त्याने त्या सराफाच्या समोर मोकळे केले. सराफाने ते पाहिले. पण तो काही बोलला मात्र नाही. काही खडे त्याने पाहिल्यासारखे केले आणि तो त्या मोठ्ठीविक्याला म्हणाला, अरे हे खडे तर बरेच आहेत. त्यांची किंमत करून त्याचा हिशेब करायला बराच काळ लागेल. आपण असं करू

ही पुरचुंडी आता मी तशीच या तिजोरीच्या आतल्या कप्प्यात ठेवून कुलूप लावतो आणि त्याची किल्ली तुझ्याजवळ देतो. बाहेरची किल्ली माझ्याजवळ राहिल. या खड्यांचे पाहणे होईपर्यंत तू आमच्याकडेच नोकरीला राहा, म्हणजे तुला पोटाची चिंता राहाणार नाही. सराफाच्या म्हणण्याप्रमाणे मोठी विक्री तेथेच राहिला. मराफाने त्याला आपले सर्व ज्ञान हळूहळू दिले. दोन तीन वर्षांचा काळ तसाच निघून गेला. त्या अवघीत हे खडे कसे असतात. ह्याचे मूल्यमापन कसे करतात, त्याची परीक्षा कशी करतात या बाबतीत तो चांगला तरवेज झाला. पुढे काही दिवसांनी तो सराफ म्हणाला अरे कितीतरी दिवस झाले. तुझे ते खडे अजून तसेच पडले आहेत. चल आणि तुझी किल्ली आपण आपला व्यवहार पुरा करू.

काही एक न बोलता मोठीविक्री पुढे झाला. त्याने ती खड्यांची पुरचुंडी काढली आणि सरळ रस्त्यावर भिरकावून दिली. तेव्हा सराफ म्हणाला, अरे ! अरे ! एवढे मोलाचे खडे तू सरळ रस्त्यावर भिरकावलेस ?

तेव्हा मोठीविक्रीने सांगितले. मालक तेव्हा मला खरे खडे आणि छोटे खडे कळत नव्हते. आता त्या खड्यांची चांगली ओळख झाली असल्याने हे छोटे कशाला वाळू ? त्याच्याबद्दल मला आता मुळीच आवर नाही.

त्याप्रमाणे एकदा आपल्या देवतेची सर्व तऱ्हेची ओळख झाली म्हणजे तिच्याबद्दल नितांत आदर आपोआप निर्माण होतो, परंतु अशी ओळख झाली नसेल तर मात्र त्या आदरात चलबिचल होऊ लागते, यासाठीच आपल्या देवतेची ओळख माझकाने सर्व प्रयत्न करून घेतली पाहिजे. आपल्या-नित्याच्या परिचयातील मागसाची आपणास ओळख असते. ती इतकी चांगली असते की त्याचे नाव, त्याचा एखादा फोटो, त्याचा आवाज किंवा त्याच्या आवडत्या अनेक वस्तू या सर्वांवरून आपण त्याचे अस्तित्व स्वरित अनुभवू शकतो. त्याप्रमाणेच आपल्या देवतेची ओळख आपणास असणे आवश्यक आहे. या देवता-ज्ञानाच्या संबंधात स्वामी विवेकानंदाना एका साधकाने मोठा उत्कृष्ट प्रश्न विचारला होता. तो म्हणाला, स्वामी आपल्या देवतेची ओळख चांगली असावी हे मला चांगले पटते. पण मी तर असे ऐकले आहे की आपल्या भक्ताची परीक्षा पाहण्यासाठी ह्या देवता निर-

निराळी रूपे आणि निरनिराळे वेष धारण करून येतात. त्यावेळी साक्षात् कावा मोठा गोंधळ होतो आपली देवता त्याला ओळखता येत नाही अशा वेळी काय करावे ?

प्रश्न अगरी सूचक होता. तो ऐकून स्वामी म्हणाले, साधकाने इमानी आणि प्रामाणिक असले पाहिजे.

म्हणजे काय ?

म्हणजे मालक कोणत्याही वेशात कोणत्याही वेळी आणि कोणत्या स्थळी भेटला तरी कुत्रा त्याला लगेच ओळखतो. याचे खरे कारण इमाने कुत्र्याप्रमाणे आपल्या देवतेशी जर आपण प्रामाणिक राहिलो तर आपला देवता आपल्याला सुद्धा कोणत्याही सणी ओळखता येऊ शकेल.

स्वामीचे हे बोल अगदी यथार्थ आहेत. केवळ आपल्या उपास्याने ओढ असेल तर अस्य कोणत्याही गोष्टीच्या स्पर्शाने त्यात अडथळा येऊन असे साधकाला किंचित सुद्धा वाटणार नाही. ही ओढच अगदी प्रारंभिक अवस्थेपासून तो अखेर श्रेष्ठतम अशा अवस्थेपर्यंत नेण्यासाठी साधकाला सहाय्यभूत होते. अशा तऱ्हेची उपास्याची ओढ होणे त्याबद्दल अत्यंत आदर प्राप्त होणे ही या उपासनेतील अगदी पहिली पायरी आहे.

यापुढील पायरी म्हणजे 'मद्याजी भव'. यज्ञ या संस्कृत धातूचा अर्थ यज्ञ करणे असा आहे. यज्ञांत त्यागाला प्राधान्य आहे. अग्निमध्ये प्रत्येक आहुती देताना इदं न मम। असा संकल्प करूनच ती दिली जाते. याचा अर्थ निराळ्या शब्दात सांगायचा तर असे म्हणता येईल की जी वस्तु अग्नीला अर्पण करावयाची ती साधकाला किंवा यज्ञमानाला प्रिय असणारी असली पाहिजे. अशा वस्तुमध्ये असणारे स्वतःचे प्रियत्व कायमचे वाजूला करून ती वस्तु आपल्या भक्त्यासाठी कायमची दूर करणे हे खरे यज्ञाचे स्वरूप आहे. या ठिकाणी मद्याजी भव असे सांगत असता त्यातील अभिप्रेत अर्थ अगवान खालील श्लोकात अधिक स्पष्ट करतात.

यत्करोषि यदश्नासि यद् जुहोषि यदासि यत् ।

यद् तपस्यसि कौतेय तत्, कुरुष्व मदर्पणम् ॥ गीता अ. ९-२७

या श्लोकावर ज्ञानेशांनी जी टीका लिहिली आहे ती उतर फारच उत्तम आहे. या टीकेचा विचार केला तर साधकाचे मन आणि कार्य कशा-

प्रकारे असले म्हणजे त्याचा यज्ञ म्हणून उल्लेख केला जातो. याची चांगली कल्पना येईल. साधकां जे कार्ये करतो ते सर्व देवासाठी केले जावे असे आहे. परंतु प्राथमिक अवस्थेमध्ये देवासाठी म्हणून काही करणे त्या मानाने फार अवघड जाते. म्हणूनच सर्व क्रिया स्वतःसाठी केल्या की त्यात कर्त्याचा जीव ओतला जातो. ते कार्य आत्मियतेने त्याच्याकडून होते. त्या कार्यात कोणतेही अडथळे आले तरी तो त्याची बगमुढा पर्वा करीत नाही. उलट जितके अडथळे अधिक तितकी त्याची प्रयत्नशीलता, आणि कार्यप्रेम अधिक प्रखर बनते. कारण या सर्व कृतीतून मिळणारा लाभ पुढे प्राप्त होणार आहे. याची त्याला निश्चित खात्री असते. केवळ त्या ध्येयाकडे स्थिरदृष्टी ठेऊन केलेली कार्ये निश्चितपणे फलद्रूप होतात. फळ हाती आले की त्यासाठी केलेल्या कष्टाचा स्वरुप विसर पडतो. हे कार्य देखील आवडी प्राप्त झालेल्या साधकाकडून कसे होते याचे मोठे मार्मिक वर्णन ज्ञानेशांनी केले आहे.

आवडी आणि लाजवी । व्यसन आणि शिष्यवी ।

पिसें आणि न भुलवी । तरी ते कायी ॥ ज्ञाने ६-१२४

एखादी माता आपल्या बालकाला कडेवर घेऊन रस्त्याने जाते. कडेवरच्या मुलाला अनेक गोष्टी दिसत असतात. मध्येच ते एखाद्या गोष्टीकडे बोट दाखविने आणि आपल्या बोलण्यात शब्दांत काहीतरी बडबडते. ते त्याचे शब्द ऐकून आईला एकदम प्रेमाचे भरते येते आणि ती आपल्या बाळाला तेथेच अधिक कुरवाळते, 'माझ बछडं म' म्हणून त्याचा पापा घेते. त्या मानेचे हे कृत्य सर्व लोक पाहून असतात. पण त्याचे त्या मातेला भान नसते. माहोतर मध्येच जाताना हातातून एखादी वस्तू खाली पडली तर ती उचलून घेत जाताना ती आजूबाजूला पाहते, कोणी आपल्याकडे पाहत नाही ना ? अशा अगदी वारीकशा गोष्टींची सुद्धा लाज वाटणारी ही माता आपल्या बालकाचा पापा घेताना, आणि त्याला माझं बछडं म म्हणून मोठ्याने संबोधिताना जरासुद्धा लाजत नाही. याचे कारण एकच की त्या मुलावर असलेली तिची निर्व्याज प्रीति. ज्या ठिकाणी निर्व्याज प्रीति आहे त्याठिकाणी लाज हा शब्दच नसतो.

त्याप्रमाणेच सिनेमा-शोकिन असला आणि दोन मैल दूर असलेल्या चित्रपटगृहांत एखादा चांगला चित्रपट लावला असला तर तो पाहण्याच्या

इच्छेने तो दोन मेल जाण्यासाठी एखाद्या बाह्याने भरपूर पुंसे खर्च करू लागतो. परंतु तसा खर्च करणाऱ्याची स्थिती नसली तर पायी देखील तो जाईल. या चालण्याचे कष्ट त्याला जराही जाणवत नाहीत. कारण व्यसनाचीनता. व्यसनाच्या पूर्तीसाठी केलेल्या कष्टाची तमा व्यसनी माणसानसते. कारण त्याच्यापुढे फक्त तें एकच ध्येय असते.

मानवाच्या सामान्य जीवनात चाललेल्या अशा अनेक गोष्टी आपल्या नित्य परिचयाच्या आहेत. ज्या गोष्टी दुःखमूलक आहेत त्यांच्यासाठी संसार जोधाची एवढी घडवड चालू असते. कोणत्याही त्यागाची त्यांची तयारी असते. याच कृतीला यजन म्हटले जाते. ज्ञानेशांच्या म्हणण्याचा आस्वाद आहे तो असा की साधकाने त्याला प्रिय वाटणारी गोष्ट प्रथम आत्मोपेत करायची आणि नंतर तो सर्व कृती तिच्या कारण आणि फळ यांत विभक्त करायची. भगवंताला अर्पण करायची ती या तऱ्हेने की- 'केलियाची शंका काहीच नुरवी' अशा वृत्तीने. भाव्यांत ज्ञानेश्वर महाराजांना जे मुचबायचे आहे ते या भूमिकेतून पाहिले तर अगदी स्पष्ट आहे.

जे जे कांही व्यापार करिती । का भोग हन भोगिती ।

अथवा धर्मी दजसी । भानाविधी ॥

नातरी पात्रविशेषे दाने । कां सेवका देती जीवने ।

तपादि साधने । ज्ञते करिती ॥

तें क्रियाजात आघबें । जें जेसे मिपजेल स्वभावे ।

ते भावना करोनि करावे । भासिया मोहरा ॥

परि सर्वथा आपुला जीवी । केलियाची शंका कांहीच नुरवी ।

ऐसी धुंदोनि कर्म छावी । भासिया हातीं ॥

ज्ञाने ९-३९८-४०१,

तू जे काही निरनिराळे व्यवहार करशील, किंवा निरनिराळ्या विषयांचा भोग घेशील किंवा निरनिराळे यज्ञ करवांना आहुती देशील सत्पात्री दान करशील, किंवा आपल्या नोकरांना जे वेतन देशील, किंवा तपादी क्रिया करशील त्या सर्व क्रिया आणि स्थापासून निर्माण होणारी सर्व फळे मला अर्पण कर. परंतु या क्रिया भी केल्या, किंवा स्थापासून मला अमूक

। वभक्त करणारा जी स्थिती तिला विभक्ती असे म्हणतात, अशी विभक्ती या शब्दाची पारमार्थिक नोंदकीवरून व्याख्या केली तरी ती चुकठरेल असे वाटत नाही. याचाच अर्थ असा की मी हा मूळ शब्द आहे अशी कल्पना केली तर मी या शब्दाला विभक्ती प्रत्यय लावून निर्देशित होणारा पदार्थ किंवा कोणतीही अवस्था हा मीचा विस्तार आहे. ज्यावेळी हा विस्तार वाढणारा नाही, म्हणजेच मी पेसा विभक्त स्थिती राहणारा नाही तेव्हा त्याला भक्ती स्थिती असे म्हणतात. कारण भगवंताला या मीची आवश्यकता आहे. तो मी एकुलता एक ज्यावेळी भगवंताला अपंग करता येईल तेव्हा तो साधक भक्त म्हणून संबोधला जातो.

ज्ञानेशांचा गर्व हरण करावा, आपले सर्व वैभव त्यांना दाखवून दिपवून टाकावे या उद्देशाने चांगदेव आपल्या चवदा हजार शिष्यगणांसह आले. बाधावरून येणाऱ्या या योग्याला पाहून ज्ञानेश आपल्या भावंडांसह त्याला सामोरे गेले. निजिव भितीवरून आलेली ही मंडळी पाहून चांगदेव ज्ञानेशांना शरण आले. त्यानंतर ते नेहमी ज्ञानदेवांना पासष्टीचा अर्थ सांगत म्हणून विनवीत. पण नंतर सांगेन असे म्हणून ज्ञानेश नेहमी त्यांना टाळीत. पुढे एक दिवस असेच त्यांनी विचारले तेव्हा ज्ञानेश्वरांनी सांगितले की उद्या सकाळी मी अर्थ सांगेन पण त्या पूर्वी तुला एक शिष्य मला बळी द्यावा लागेल. ज्ञानेशांची विनंती चांगदेवाने मान्य केली. तो मनास म्हणाला भाझे चौदा हजार शिष्य आहेत. त्यातला एक शिष्य केव्हाही मिळेल. त्याप्रमाणे रात्री चांगदेवांनी आपल्या सर्व शिष्यांना एकत्र बोलाविले आणि सांगितले-शिष्यनग्न हो, उद्या सकाळी मला माझ्या गुरूंची पूजा करावयाची असून त्यांना एक शिष्य बळी द्यावयाचा आहे. तुमच्यापैकी जो कोणी बळी जाण्यास तयार असेल त्याने सूर्योदयाबरोबर या ठिकाणी यावे. आपणास पासष्टीचा अर्थ कळणार म्हणून चांगदेव अगदी खुशीत होते. रात्र निघून गेली. पहाट झाली. चांगदेव बळी जाण्यास सिद्ध झालेल्या शिष्याची वाट पाहत उभे राहिले. सूर्योदय झाला तरी कोणीच शिष्य आला नाही. कारण सर्व शिष्यांनी रात्रीच पोबारा केला होता. पुढे चांगदेव तसेच ज्ञानेशांकडे आले. त्यांना वन्दन केले आणि खाली मान घालून उभे राहिले. तेव्हा ज्ञानेशांनी विचारले

मला एक शिष्य बळी पाहिजे तो कोठे आहे ? तेव्हां ज्ञानेशांच्या पायावर मस्तक ठेवीत चांगदेव म्हणाले, गुरूदेव, अन्य सर्व शिष्य निवून गेले पण हा एकच शिष्य आता उरला आहे. त्याचाच आपण बळी घ्यावा. चांगदेवांचे हे भाषण आणि ही स्व-समर्पण स्थिती पाहून ज्ञानदेवांना आनंद झाला. ते म्हणाले, मला हाच बळी हवा होता. उठा. चांगदेव, उठा. तुमच्या भोवतीचा पसारा आता पूर्णपणे नाहिसा झाला आहे. पासष्टीचा अर्थ तुम्हाला आता चांगला कळेल. पुढे मुक्ताबाईने त्यांना पासष्टीचा अर्थ सांगितला. तेव्हा-पासून चांगदेव ज्ञानेशांचे परम भक्त बनले. कारण आता त्यांना त्या वृत्तीतून विभक्त करील असा कोणताही बाह्य पसारा उरला नव्हता. त्यांच्यामध्ये शिल्लक राहिलेला मी त्यांनी ज्ञानेशांना कायमचा देवून टाकला आणि त्यांनी आपले विभक्तपण संपविले; त्याबरोबर त्यांना भक्त हे विशेष स्वरूप प्राप्त झाले. ही अवस्था प्राप्त होणे ही फारच भाग्याची गोष्ट आहे. तसे पाहिले तर या ठिकाणी साधक अवस्था जवळ जवळ संपुष्टात येते आणि त्या अवस्थेतील सर्वप्रमुख अनुभवांचा तो धनी होतो. त्याचे हे धनीपण त्याला यापुढील पायरीवर नेते. साधक एकदा या पायरीवर आला म्हणजे त्याला मागे जाता येत नाही. त्याची नजर फक्त पुढच्या टप्प्याकडेच राहाते. या पूर्वीच्या ज्या दोन अवस्था आहेत त्यांतून साधक कोणत्याही खालच्या स्थितीपर्यंत येऊ शकेल. कारण साध्यासाठी सागणारे भांडवल ज्या अवस्थेत जमविले जाते अशा त्या दोन दशा आहेत. हे भांडवल जमण्यास वेळ लागला, किंवा या अवस्थेची अनुभूती साधकाला आली नाही तर साधक आपली साधना कदाचित सोडून देऊन अन्य अशिष्ट मार्गाचा देखील अवलंब करील. पण या दोन अवस्था पूर्णपणे ओलांडल्या म्हणजे मात्र त्या साधकाला पूर्णत्व प्राप्त होते. त्याच्याजवळ आवश्यक ते उपसर्ग भांडवल चांगले जमा होते. आता या पुढील अवस्थेत केवळ आपल्या हाती आलेल्या भांडवलाचा विनियोग करणे एवढेच त्या साधकाचे कार्य शिल्लक राहते.

यापुढील अवस्था म्हणजे सगुण उपासनेची लखेरची आणि सर्वश्रेष्ठ पायरी होय. या पायरीमध्ये या 'मी' चे आणखी सूक्ष्मीकरण करावयाचे आहे. बाह्य विश्वाचा विचार करता तो सर्व 'मी' चा पसारा आहे. तो आटवून मीमध्ये आणून ठेविला. पण खरे सांगायचे तर मी हा देखील

आद्य शंकराचार्य म्हणतात—मयि मनः भव । अगदी बारकाव्याने पाहता
 अहम् म्हणजे मी या शब्दाचा सप्तम्यन्त प्रयोग मयि असा आचार्यांनी केला
 आहे. परंतु मूळ श्लोकांत मात्र तसा भाव अभिप्रेत दिसत नाही. कारण
 अहम्ला विभक्ती लावून त्याचे जे स्वरूप तयार झाले त्या स्वरूपस्थितीमध्ये
 मन आणून ठेव असा आचार्यांचा अभिप्राय वाटतो. परंतु आपण आतांच
 पाहिल्याप्रमाणे विभक्तिप्रत्ययशून्य अशी जी 'भक्त नावाची अवस्था आहे
 त्या अवस्थेचा विचार या भाष्यांतून प्रकट होतो. परंतु ही श्लोकांतील
 अवस्था यापेक्षा उच्चस्तर आहे. म्हणजेच विभक्तीच्या प्रत्ययानी निर्देश
 करण्यासारखी नाही. परंतु गीतेचे मराठी भाष्यकार भवतशिरोमणी ज्ञानेश्वर
 मात्र या श्लोकांतील अभिप्राय मोठ्या कोसल्याने आणि सहजपणे प्रकट
 करतात. याच पदावर त्यांचे भाष्य 'मन हें मीचि करी।' असे आहे. मनाची
 अन्य अवस्था त्यांना अभिप्रेत नसल्याने मनच ईश्वर करावे हे महत्वाचे
 मार्गदर्शन ते आपल्या भाष्यांत करतात. याचाच अर्थ असा की मनाच्या ज्या
 अन्य अवस्था आहेत त्या अवस्थासुद्धा या ठिकाणी असतां कामा नयेत. असे
 मन तू मला दे किंवा असे मन ईश्वर बनव हे ज्ञानेशांचे सांगणे आहे. मनाची
 मी ही खूपच दूरची विचार अवस्था आहे. त्या मीच्या अलीकडे आणखी
 दोन पायऱ्या आहेत, त्याचाही विचार या ठिकाणी करणे कर्तव्य आहे.
 मन, चित्त, बुद्धी आणि अहंकार अशा एकूण चार स्थिती मानण्यांत आल्या
 आहेत. त्यांना पारिभाषिक नांव अंतःकरण वसुष्टय असे आहे. त्यामुळे
 मीच्या मागे आपणास किती जायला पाहिजे याची सहज कल्पना येईल. पण
 त्यासाठी या सर्वांची ओळख असणे जरूर आहे. कारण ज्ञानेश्वर महाराज
 जे मन ईश्वर करावे असे सुचवितात ते मन कोणते ? या मनाच्या सर्वच
 अवस्था मनपणाने नादतात म्हणून त्यांना सुद्धा ईश्वर होतां येईल ? त्याचे
 उत्तर नाही असे आहे. कारण मनाच्या अन्य स्थिती म्हणजे भूळ्या मनाचे
 तरंग आहेत. त्या मनाचा अगदी पहिला तरंग त्याला मन हीच सज्ञा आहे.
 दुसऱ्याला चित्त, तिसऱ्याला बुद्धी आणि चवथ्याला अहंकार अशी नावे

सब तरंगांची संगती महत्त्वाची आहे.

अशी कल्पना करा की आपली बाहेरची सर्व इंद्रिये कार्यक्षम आहेत आणि अंतर इंद्रिय जे मन तेही चांगल्या प्रकारे काम करते. अशा वेळी डोळ्यांनी टेबलावर ठेविलेली एक वस्तू पाहिली. (ह्या क्रियेच्या मागे मनाचा आधार आहे.) ती पाहताच आपले नेत्र 'पहाणे' मनाकडे पाठवून देतात. मन ते स्वीकारते आणि लगेच त्या मनावर तरंग उभे होतात. किंवा निराळ्या सोप्या भाषेत सांगायचे तर मनाची दोन शकले होतात. त्यालाच चित्त असे म्हणतात. हे दोन भाग स्वस्थ वसत नाहीत तर जन्माला येताच संवाद करण्यास प्रारंभ करतात. या तुकड्यांना वेदान्तात नावे आहेत. एकाला संकल्प आणि दुसऱ्याला विकल्प असे म्हणतात. त्यांचे जे संवाद चालतात ते सर्व शब्दां शिवाय असतात. परंतु आपल्याला त्याची ओळख पटावी म्हणून आपण ते संवाद प्रत्यक्षांत काय असणे शक्य आहे ते पाहू.

ही वस्तू काय आहे ?

चौकोनी विसते त्या अर्थी ते पुस्तक आहे.

इतके मोठे विसते त्या अर्थी ते धार्मिक अमावे !

होय धार्मिकच आहे.

मग ती ज्ञानेश्वरी तर नव्हे ?

होय. ज्ञानेश्वरीच आहे.

मग ती दांडेकरांची की साखरे महाराजांची दांडेकरांची.

झाले. निर्णय लागला. टेबलावर चौकोनी वस्तू आहे ती सोनोपंत दांडेकरांची ज्ञानेश्वरी आहे. संवाद अवस्था संपली. या अवस्थेला बुद्धी असे नांव आहे. निश्चयात्मक बुद्धी असे बुद्धीचे लक्षण मागे आलेच आहे. अशा या पवित्र ज्ञानेश्वरीशी आपला संबंध असावा असे वाटते. याप्रमाणे चौथी लाट निर्माण झाली, मीचा जन्म झाला. पुढे त्या मीची क्रिया चालू झाली. या अवस्थेला अहंकार म्हणतात. याप्रमाणे चागेपणी अथवा स्वप्नात देखील अशा क्रिया सारख्या चालू असतात. म्हणजेच मनावर

सारखे तरंग उमटत असतात. हे तरंग मुळीच उमटणार नाहीत अशी मनाची स्थिती व्हायला पाहिजे. त्या निष्पंद मनाचा ठाव घेणे साधकाचे कर्तव्य आहे. पण त्याबरोबर लगेच अशा प्रश्न पुढे येतो की ज्यावर जराही तरंग येत नाहीत, असे मन तरी असेल का? आणि जर असेलच तर त्याची गणना करता येईल का? कारण सर्व महारत्ने असे सांगतात की मन हे अत्यंत चंचल आणि गतिमान आहे. पूर्वीच्या एका विद्वान गृहस्थाने चंचल वस्तूची एक बांदी केली आहे. त्यात त्याने देखील मनाचा पहिला क्रमांक लावला आहे.

मनो मधुकरो मेवः सानिनी मदमो भरतु ।

मा मदो मर्कटो नस्यः मकराः दक्षचंचलाः ॥

तरी देखील आमच्या पूर्वीच्या शास्त्रज्ञांनी मनाला निष्पंद स्थिती प्राप्त होते आणि तिची गणना देखील करता येते असे सिद्ध केले आहे. वर घेतलेल्या पुस्तकांच्या उदाहरणाचाच प्रारंभ करून म्हणावचे झाले तर हे पुस्तक असून त्याचा आपल्याशी संबंध असावा म्हणून काही कुत्ती होत असतातच अथवा इंदिये काही स्वस्थ वसलेली नसतात. त्यांचे व्यापार चालूच असतात. डोळ्यांचा व्यापार सतत न संपतो तोच कुठून तरी एखादी गाण्याची तान कानावर येते. कान तो नाद मनापर्यंत पोहोचवितात पुन्हा मनाची दोन शकले, पुन्हा त्यांचे संवाद चालू-गाणारा पुरुष आहे की बाई? हा राग सकाळचा की दुपारचा? वाद्ये आणि स्वर बरोबर लागली आहेत किंवा नाही? या सर्वांचे उत्तर घेऊन गाण्यामाठी आत्मीयतेने आपण कान टवकारतो तोच स्वयंपाक घरातून एखादा तळलेला खमंग वास येतो. पुन्हा मनाचे दोन तुकडे, पुन्हा त्यांचे संवाद, निष्पंद आणि तो पदार्थ आत्मीय होणे अशा क्रिया सारख्या चालू असतात. वर वर पाहता असे दिसून येईल की या सर्व व्यापारात मूळ मनाला जराही विचारांती लाभलेली नाही. ते सारखे कार्यरत आहे. परंतु अत्यंत सूक्ष्मपणे विचार केला तर असे दिसून येईल की डोळ्यांचा विषय संपून त्या मनात दुसरा कानाचा विषय येतो, कानाचा संपून नाकाचा बगैरे प्रमाणे हे विषय येणे आणि जाणे यामध्ये असलेल्या अत्यल्प काळात हे मन निष्पंद असते. पहिल्या प्रकरणात वेळाचे सूक्ष्म

॥ स्वतःच्या बळावर त्याला या ठिकाणापर्यंत येवून पोहचतां येते असे मा-
नाही कारण त्याला सद्गुरूच्या रूपीची फार मोठी आवश्यकता असते.

ॐकाराची ओळख करून देण्यासाठी या मागील सर्व प्रकरणे साका-
रली आहेत. त्यामुळे निराळी ओळख करून देण्याची आवश्यकता नाही.
ॐकार हे अक्षर म्हणून मान्य केल्यावर त्याच्या आकारापेक्षा त्याच्या
नादाची ओळख चांगली करून घेणे आवश्यक ठरेल. तसे पाहिले तर ॐका-
राचा उच्चार अवघड नाही, पण तो बरोबर करता आला की त्यांतून
प्रगतीला चांगला वाव मिळतो. ॐकाराबद्दल पुरेपूर माहिती झाल्याने
त्याबद्दल आदर निर्माण होणे स्वाभाविक आहे. तसा आदर ज्या
ठिकाणी आहे त्याच्याच हातून पुढील सर्व क्रिया घडतील. म्हणून ॐका-
राच्या उपासना क्षेत्रांतील अगदी पहिली पायरी जी ओळख ती पूर्णपणे
झाली असल्यानेच पुढल्या पायरीकडे वळणे अप्रस्तुत होणार नाही.
उपासनेची दुसरी पायरी म्हणजे ॐकाराचा जप. जप हा एक महान यज्ञ
आहे. याच प्रकरणांत मागे सांगितल्याप्रमाणे मद्याजी ही अवस्था ॐकाराच्या
जपाने प्राप्त होते. जप म्हणजे यज्ञ ही स्थिती ज्ञानेशांनी आपल्या ज्ञानेश्वरीत
अगदी स्पष्टपणे समज केली आहे.

नाम जपयन्तु तो परम । बांधू न शके स्थानादि कर्म ।

नामे पावन धर्माधिर्म । नाम परब्रह्म वेदार्थे ॥ ज्ञाने १०-२३३

म्हणून या यजन क्रियेची पद्धती पाहणे प्रत्येक साधकाला आवश्यक
अशी बाब आहे या मंत्राचा जप करण्यापूर्वी तो जप अगदी प्रथम प्रथम
शान्तपणे ऐकण्याचा सराव करावा. ॐकार म्हणणारा अत्यंत शुद्धतेने जर तो
म्हणत असेल तर, आणि साधक हा प्रबल इच्छेचा असेल तर तो उच्चार
कोठून कसा होतो याचे ज्ञान साधकाला सहजपणे होते. त्याप्रमाणे त्याने
उच्चार करण्याचा प्रयत्न करावा. प्रारंभी कदाचित तो उच्चार बरोबर
येणार नाही. परंतु त्याच उच्चाराचा पुन्हा पुन्हा प्रयत्न केला तर तो लव-
कर बरोबर होतो. ॐकार हा स्वयंप्रेरक आणि स्वयंमार्गदर्शक असल्याने
तो आपले कार्य अगदी बचकूपणे करतो. त्यामुळे एखाद्या साधकाला
ॐकाराचा उच्चार करता येत नाही म्हणून अडून बसण्याचे कारण

नाही. त्या साधकाने प्रयत्नशील मात्र राहिले पाहिजे तरच त्याला यश येणे शक्य असते. या बाबतीत प्रयत्नांची जी दिशा आहे ती देखील ज्ञात असेल तर साधकाचे यश आणखी जवळ येईल. यासाठी ॐकार किमयाच्या पहिल्या भागात, पुढिल्याच प्रकरणांत ॐकारांत समाविष्ट असलेल्या वर्णांची ओळख करून दिली आहे. त्या अक्षरांचे उच्चारही त्यात नमूद केले आहेत. त्याप्रमाणे साधकाने ॐकारांत समाविष्ट असलेल्या अक्षरांचा, नंतर त्यांचा संघी करून होणारा म्हस्व, दीर्घ, आणि लुप्त या उच्चार प्रकारांसहित सर्वांचे ज्ञान करून घ्यावे आणि त्याप्रमाणे उच्चार करावेत. या सर्वांपेक्षां शास्त्रा माणसाकडून ते जर समज्यावून घेतले तर कष्ट आणि काळ यामध्ये बचत होईल.



५

ॐकाराची निर्गुण उपासना

मागील प्रकरणावरून आपणाला असे आढळून येईल की या शरीरात प्रण्याचे खूप सोलपर्यंत बीजारोपण ईश्वरानेच केलेले आहे. अर्थात त्या बीजाची जोपासना करणाचे कार्य मानवाने केले तर त्यातून चांगल्या वृक्षाची निपज खात्रीने होईल. पण बीजाची जोपासना करणे म्हणजे काय? याचा जर चांगला उलगडा झाला तरच ह्याची जोपासना करता येणे शक्य आहे.

एकदा बिरबलाचे दरबारातले वर्चस्व कमी करावे म्हणून बादशहाच्या मेहुण्यानेच पुढाकार घेतला. त्याने बिरबलाबद्दलची अनेक गान्हाणी आपल्या

बहिणीच्या कानावर घातली, आणि ती सर्व बादशाहाच्या कानावर झुड-
 व्याख्या आणून घरला. त्याबरोबरच बिरबलाला काढून टाकून त्या ठिकाणी
 आपली नेमणूक करावी म्हणूनही त्याने सांगितले. हळू हळू राणीने या
 गोष्टी बादशाहाला सांगितल्या. तेव्हा बादशाहाने तिला सांगितले की तू
 म्हणतेस तसे करायला काही माझी ना नाही. पण दरबारात कोणाही माण-
 साला जागा देण्यापूर्वी मला त्याची परीक्षा घ्यावी लागेल. त्या परीक्षेत
 जर तो उत्तरला तर त्याला मी योग्य तो मान देतो. या परीक्षेला राणीने
 संमती दिली. तेव्हा बादशाहाने सांगितले उद्या तू तुझ्या भावाला दरबारांत
 पाठव. मी त्याला आणि बिरबलाला एकाच वेळी एकच काम सांगतो. त्यांत
 जो श्रेष्ठ ठरेल त्याला दरबारात ठेऊ. राणीला ते मान्य झाले. दुसऱ्या
 दिवशी ठरल्याप्रमाणे राजाच्या मेहुणा आला. बिरबलही दरबारात उपस्थित
 झाला. बादशाहाने प्रत्येकाच्या हातावर दहा दहा गव्हाचे दाणे ठेविले आणि
 सांगितले की याची अतीशय चांगली जपणूक करा. ज्या दिवशी मी मागेन
 त्या दिवशी मला माझे गहू परत मिळाले पाहिजेत. हातात गहू पडताच
 दोघेही आपापल्या घरी निघून गेले. राजाच्या मेहुण्याने एक चांदीची डबी
 घेतली. त्यात वापस वगैरे घातला आणि त्यात त्याने ते गव्हाचे दाणे
 मोजून ठेवले. ती डबी त्याने आपल्या तिजोरीत पक्के कुलूप लावून बंद
 करून ठेवली बिरबल घरी आल्यावर त्याने एका ठिकाणी थोडीशी जमीन
 कुदळली. त्यातला खडाघोंडा वाजूला केला आणि त्यात ते गव्हाचे दाणे
 पेरले. रोज त्याला पाणी घालण्याचे काम त्याने नोकरावर सोपवले.
 चार महिन्यांनी त्यातून चांगले शेरभर गहू उत्पन्न झाले पुढे त्याने ते एका
 मोठ्या शेतात पेरले. याप्रमाणे त्याने आपला उद्योग चालू ठेवला. अशाच
 अवस्थेत दोन वर्षांचा काळ लोटला. राजाने दोघांनाही निरोप पाठविला
 की आपापले गहू घेवून दरबारांत हजर व्हा. त्याच्या आज्ञेप्रमाणे दोघेही
 हजर झाले. बादशाहाने प्रथम मेहुण्याला विचारले. कुठे आहेत माझे गहू ?
 त्याने आपली चांदीची डबी काढून बादशाहाच्या समोर घरली आणि
 म्हणाला महाराज हे पहा आपले गहू, असे म्हणून त्याने डबी उघडली.
 तो आत गहू नव्हते. ते पूर्ण किडून त्याचे पीठ झाले होते. बादशाहाने ते

पाहिले. मेहुण्यानेही पाहिले आणि तो खालच्या भूनेनें झुला झाला. त्या नंतर बादशाहाने बिरबलाला विचारले. तेव्हां तो म्हणाला, 'महाराज मला बाहेर आहेत. आत आपणां येणार नाहीत. कारण त्या दहा दाण्यांचे आता दहा पोती गहू झाले आहेत. आपण बाहेर येण्याचे कष्ट घ्यावेत आणि गाढीतली दहा पोती पाहून घेवून ती कोठारांत जमा करण्याची आज्ञा द्यावी. बादशाहाने वा ! वा ! म्हणून बिरबलालाची स्तुती केली.

या गोष्टीतला वितोद वर्गरे सोडून दिला आणि केवळ राहिमेच्या तत्त्वाचा विचार केला तर बीजाचे रक्षण कसे करावयाचे याचा खुलासा होईल. थोडक्यांत असे की या मानवी शरीरात जी ॐकाराची सूक्ष्म बीजे विघ्रात्याने पेरून ठेविली आहेत त्यांचा योग्य प्रकारे शोध घेऊन त्यांची वाढ करणे या प्रक्रियेला त्या बीजाची उपासना करणे असे म्हणतात. अर्थात बीजांचा शोध घेण्यासाठी त्यांच्या भोवती अनेकविध दृश्य आणि अदृश्य विषयांचा असलेला कचरा सर्वथैव दूर करणे जरूर आहे. या बाबतीत साधकाने त्याच्या एक महत्त्वाची गोष्ट लक्षांत ठेवणे जरूर आहे की निर्गुण उपासनेच्या बाबतीत ॐकाराचे चित्र समोर नाही. तरीही त्याच प्रणवाच्या आकाराचे ध्यान केल्याने तो ॐकार या इंद्रियांच्या मुळाशी असलेल्या अंतर गोलयांना काही काळ गोबर होऊं लागतो. अशा तऱ्हेने तो गोबर होणे ही निर्गुण उपासनेच्या मार्गातील एक महत्त्वाची पायरी आहे. जण ज्यावेळी या ॐकाराच्या भोवती असणारा सर्व पसारा पूर्णपणे दूर होईल तेव्हा या इंद्रियांचे अंतर्गत एक या प्रणवाच्या तेजाने पूर्ण भरून जातील, अर्थात त्या प्रणवाचे ध्यान करतांना, केवळ प्रणवाचा उच्चार करतांना, किंवा केवळ तेज पाहतांना प्रणवाचा अनुभवाला ज्याला येईल तो निर्गुण उपासक ठरेल. कारण असे झाले तर साधक एका निराळ्याच अवस्थेत जाईल. परंतु जित्यावयला किंवा समजायाला हा विषय जितका सोपा तितकाच अनुभवविषयास तो कठीणही आहे. कारण ॐकार जो उपासिला जातो तो त्याच्या आवरणासहित उपासला जातो. हे सर्व आवरण दूर करणे जरूर आहे. ही आवरणे कशी अतूट असतात याचा बोध करून घ्यावया असेल तर स्वामी रामनीर्यांच्या चरित्रांतल्या एका प्रसंगाचा अवलंब करावा लागेल.

स्वामी रामतीर्थ एकदां टिहरी येथे होते. टिहरीचे राजपुत्र स्वामीना भेटण्यासाठी अगर त्यांच्या गोष्टी ऐकण्यासाठी नेहमी येत असत. असेच एकदां ते आले असतां त्यांनी स्वामींना म्हटले—

स्वामी मला देवाला भेटण्याची इच्छा आहे. आपण मला त्यांची भेट करून घाल कां ?

त्याचे बोलणे ऐकून स्वामी आणि तो राजपुत्र यांच्यामध्ये जो शब्द-व्यवहार झाला तो मोठा मनोरंजक आणि त्याबरोबर उद्बोधकही आहे. स्वामी म्हणाले—

राजपुत्र सध्या या भारतावर कोणाचे राज्य आहे ?

इंग्रज सरकारचे.

मग त्यांच्यापैकी एखाद्या अधिकाऱ्याला तू कधी भेटायला गेला आहेस कां ?

होय, अनेक वेळा गेलो आहे.

मग भेटीच्या वेळी काय काय करावे ते सांगशील कां ?

हो, त्या ठिकाणी आपण गेलो की एका कागदावर आपले नाव लिहून तो कागद तेथील द्वारपालाजवळ द्यावा लागतो. द्वारपाल तो कागद साहेबाकडे नेऊन देतो. त्यानंतर साहेबांची मर्जी झाली आणि त्याला विश्वास वाटला तरच तो आपल्याला त्या द्वारपालाबरोबर निरोप पाठवून भेटीस बोलावतो.

छान ! एका माणसाला भेटायला इतका व्याप करायला लागतो ना ? आतां देव तर सर्व साहेबांचा साहेब आहे. त्याला भेटायचे म्हणजे देखील याप्रमाणेच करावे लागेल. साधू किंवा सन्त हे देवांचे सेवक असतात. मी पण त्या देवाचा एक सेवक आहे. तू या कागदावर आपले नांव लिही आणि तो कागद माझ्याजवळ दे. मी तो देवाकडे पोहोचवितो. त्याला तुझी खात्री पटली, थोड्या पटली तर लगेच तो तुला भेटीला बोलवील.

स्वामीच्या म्हणण्याप्रमाणे राजपुत्राने एका कागदाच्या तुकड्यावर आपले नाव लिहिले आणि तो कागद स्वामींच्या हाती दिला. स्वामींनी त्या कागदावर लिहिलेले नांव वाचले आणि तो कागद बाजूला ठेऊन दिला. बाजूच्या लोकाबरोबर पुन्हा त्यांच्या मण्या सुरू झाल्या. त्यांतच थोडा वेळ

गेल। राजपुत्राने व्यापल्या बिठीची स्वामींना आठवण केली. स्वामींनी कागद हाती घेऊन त्यावरचे नांव वाचले आणि ते राजपुत्राला म्हणाले—

राजपुत्रा, ह्या कागदावर तू स्वतःचे नांव नाही लिहिलेस.

नाही स्वामी. हे नाव माझे स्वतःचेच आहे.

तुला कु कोण आहेस ते मक्की माहीत आहे ना ?

होय स्वामी. मी कोण हे मला चांगले माहीत आहे.

मग या कागदावर ज्याला तू मी म्हणतोस त्याचे नाव लिही.

स्वामी, मी माझेच नाव लिहिले आहे.

हे बघ या ठिकाणी हा एक मनुष्य उभा आहे. तो कोणाचा सेवक आहे ? जवळ उभ्या असलेल्या राजपुत्राच्या सेवकाकडे बोट दाखवून स्वामी म्हणाले.

स्वामी, हा सेवक माझा आहे.

म्हणजे ! हा सेवक म्हणजे तू नव्हेस.

नाही.

वरं तुझ्या अंगात असलेला हा अंगरखा कोणाचा ?

माझा.

म्हणजेही तू नव्हेस.

वरं हा अंगरखा ज्याच्यावर घातला आहेस तो हा देह कोणाचा ?

माझा

म्हणजे तू नव्हेस ?

मुळीच नाही.

मग या बिठीवर जे नांव लिहिलं आहेस ते देखील तुझे नव्हे. या देहाचे आहे. तू आणि तुझा देह निश्चितपणे निराळे आहेत. होय ना ?

होय.

मग या बिठीवर तू तुझे नांव लिही.

राजपुत्राने पुन्हा कागद हाती घेतला आणि त्यावर 'मी' असे लिहून तो कागद स्वामींच्या हाती दिला.

स्वामींनी त्या कागदावर लिहिलेले ते नाव वाचले आणि हंसत हंसत ते त्याला म्हणाले—राजपुत्रा, तुला न्याकरण येते का ?

हो येते.

त्या व्याकरणांत शब्दाच्या बाठ आती आहेत. त्या प्रत्येकाची व्याख्या केली आहे. वस्तूला दिलेले नाव म्हणजे नाम, नामाचा निर्देशक शब्द म्हणजे सर्वनाम, नाम आणि सर्वनाम यांचा पसारा दाखविणारा शब्द तो विशेषण असा काही व्याख्या तुला माहीत आहेत ?

होय स्वामी, त्या व्याख्या मी शिकली आहे.

भग मला सांग ह्यांमध्ये 'मी' हे काय आहे ?

'मी' हे प्रथम पुरुषवाचक एकवचनी सर्वनाम आहे.

अगदी बरोबर, भग आतां तुच मला सांग की मी हे जर सर्वनाम आहे तर त्याचे नाम कोणते ?

स्वामीचे शब्द ऐकून राजपुत्र एकदम बघ झाला. ते पाहून स्वामी म्हणाले राजपुत्रा, ज्याला तू मी असे म्हणतोस तो या तुझ्या देहातच कुठं तरी लपून राहिला आहे. त्याला शोधून काढ आणि त्याचे नांव या कागदावर लिही.

हे तर फारच अवघड काम आहे.

म्हणूनच सांगितले की आपण कोण, आपले नांव काय ते जोपर्यंत आपणास कळले नाही तोपर्यंत आपण ईश्वराकडे जाणार कसे ?

स्वामींच्या या शब्दातून साधकाला आपल्या या शरीरामध्ये बोट कोण लपले आहे त्याचा शोध घेणे शक्य होईल. हे शोधून काढून त्याच्याशी एकदम होणे याचे नांव निर्गुण उपासना होय. यासाठीच पूर्वाच्या ऋषी-मुनींनी जो प्रत्यक्ष अनुभव घेतला त्याप्रमाणे तो असंशंकित केला. त्यांच्या या शब्दावर पाऊल टाकूनच साधकाला पुढे जाणे प्राप्त आहे. सगुण उपाम-नेचा अवलंब करताना जो ॐकाराचा आकार ज्या रंगासहित आपल्या स्वम-चक्षुपुढे ठेवला होता त्याचेच अक्षिण्ठान कायम ठेवून हळू हळू त्याचे आभारित अस्तित्व नष्ट करीत जाणे हेच निर्गुण उपासनेचे साध्य आहे. अर्थात आपण स्वतः आकार धारण करणारी माणसे असल्याने ॐकाराच्या आकाराचा आश्रय करूनच पण सावधपणे आपणास पुढे जावे लागेल त्या आकारातूनच साधक निराकाराकडे कशी प्रगती करतो हे आपण नित्य वरीत असलेल्या पूर्वाच्या माध्यमातून पाहिले म्हणजे लक्षांत येईल. आपण

आपल्या आराध्यमूर्तीची जी पूजा कळो तिचे अनेक प्रकार आहेत. अर्थात या सर्वांशी काही कर्तव्य नाही. म्हत्वाच्या पायऱ्या म्हणून चारच पूजा-प्रकारांचा विस्तार यः ठिकाणी केला आहे.

(१) बाह्योपचार—

पंचोपचार किंवा षडोपचार हा बाह्योपचार पूजेचा एक सर्व-मान्य प्रकार आहे. पूजा कोणतीही असली तरी त्या पूजेच्या कृतीमागे श्रद्धेचा श्रोत कायम असावा लागतो. तसा तो नसेल तर केलेली पूजा किंवा उपचार म्हणजे एव भावशून्य नाटक ठरेल. श्रद्धेची तीव्रता ज्या मानाने कमी अधिक असेल त्या मानाने तिच्यापासून प्राप्त होणारे फळ कमी अधिक असते. पूजेच्या प्रकारात मंत्र आणि विधी यांना सारखीच किंमत आहे. आपल्या उपास्याची पूजा करताना एखाद्या पाहुणा घरी आला म्हणजे ज्याप्रमाणे त्याचे स्वागतोपचार केले जातात त्याप्रमाणे या प्रकारात आपल्या देवतेचे उपचार केले जातात. आलेल्या पाहुण्याला आपण या म्हणून बोलावतो, स्वागत करतो, बसायला आसन देतो. हातपाय घुवायला पाणी देतो. नंतर खाद्य वगैरे व्यवहार घडतात. त्याप्रमाणेच या पूजेतही सर्व प्रकार करावे लागतात. अर्थात येणारा पाहुणा आपल्या किती अवलंब आहे किंवा आपल्याशी किती सलग्गीने वागतो त्यावर त्याचा आदरसत्कार अवलंबून आहे. त्या बाह्योपचारात श्रद्धेचा पूर्ण भाग असतो असे मुळीच नाही. तर किरयेक वेळी लोकांनी चांगले म्हणावे किंवा लोकात प्रतिष्ठा वाढावी म्हणूनच हे उपचार केले जातात. पूजा हे निमित्त असते. या पूजेतून साधक उपाची पूजा करतो त्याची प्राप्ती झाली हा त्याचा उद्देश नसतो तर या पूजेमुळे मला तयारकथित सुखाचा लाभ होईल या उद्देशाने या पूजेचा पसारा वाढविलेला असतो. याचा खुलासा करताना ज्ञानेश म्हणतात —

परी मनीं धरुनी बुभते । चारिजे जेवीं गार्हते ।
 कां पैव कळुनी माहते । पैल जाईजे ॥ २८५
 तेवीचि पारलौकिके । फळे वांछिजती अनेके ।
 आणि बीजे तरी मुके । एकाही नोहे ॥ २९१
 ऐसे जया जे दाम रेणें । तो तेणेचि या जीवने ।
 पुढती भुंजावा जावे येणें । दोजें जे कां ॥ ज्ञाने. १७-२८८

गाय दूध देईल म्हणून चारापाणी घालून पोसावे. किंवा पेंव भरण्याच्या इच्छेने सेत पेंरावे. त्याप्रमाणे अनेक पारलौकिक सुखाच्या लागू होत दृष्टी ठेवून दान देणे किंवा ज्याला दान द्यावयाचे होते, त्याच्या मोबदल्यात आपल्याला उपयोगी पहावा म्हणून दान देणे. याप्रमाणे सर्व बाह्योपचार इतर लोकांनी आपल्याला कमीतकमी चांगले म्हणावे म्हणूनच केले जातात. अशा पूजेच्या वेळी भगवंताला समर्पण करावयाचे सर्व पदार्थ इतके मौल्यवान् असतात की ते पाहणाऱ्याने केवळ यज्ञमानाची स्तुती करावी. हृषामुळे त्या यज्ञमानाला समाधान लाभते. अशा या पूजेत भगवत् समर्पणबुद्धी मुळीच नसते. भगवंतासाठी करावयाच्या प्रत्येक उपचारात 'मम'ची जाणीव कायम असते, केवळ मुखाने 'ईदं न मम' असे बरी म्हटले तरी मनावर मात्र त्याची पक्की खुण होत असते. अनेक उपचार करण्याचे कार्य हात करतात. सोड मंत्र म्हणण्याचे काम करतात पण या दोघांच्याही मागे मनाची सश्रद्ध शक्ती मात्र नसते. ते मन कुठेतरी भटकत असते किंवा अन्य व्यापारात मग्न असते किंवा त्याच वेळी पूजक विविध सुणाच्या साहचर्याने अन्य कुणाशी तरी संवाद करण्यात मग्न असतो. अशा प्रकारची पूजा साधकाला कोणत्या प्रकारचे फल देत असेल त्याची कल्पनाच केलेली बरी. अर्थात अशा पूजेतसुद्धा बाहेर धावणारे मन साधकाने मंत्राच्या सालाबरोबर उपास्य मूर्तीमध्ये स्थिर केले तर त्यातूनही साधकाच्या प्रगतीला चांगला धाव मिळतो.

निर्गुण उपासना करण्याची इच्छा असताना केवळ ॐकाराच्या चित्रावर लक्ष केंद्रित करण्याच्या प्रयत्नात काही दिवसांदंतर समोर ॐकाराचे चित्र नसताना देखील त्याचे लक्ष केंद्रित होऊ शकते. अर्थात केवळ डोळ्यांचा हा व्यायाम आहे. या चर्मचक्षूंनी त्याच्याकडे पाहून असता साधकाचे अन्य अवयवांचे व्यापार चालू असतील तर बाहेरून पाहणाऱ्याला मात्र हा साधक या ॐकाराच्या चित्राकडे एकटक पाहून आहे असे आढळून येईल पण त्यातला जो जाणकार आहे तो मात्र ठमके हे समजू शकेल की या चर्मचक्षूंच्या क्रियेमागे मनाच्या शक्तीचा शोध नाही. ते मन अन्यत्र कोठेतरी गुंतले आहे. अर्थात अशा तऱ्हेच्या साधकाला आपले साध्य गाठता येणार नाही. त्यालाच उपासनेचा बाह्योपचार असे म्हणता येईल. साधक डोळ्यांनी ॐकार पाहण्याचे कार्य करतो त्याप्रमाणे ॐकाराचा नाद मुखाने करणे ही

जिन्हा आणि तो ऐकण्याचे कार्य करून देऊन यांच्या मागे मनाची शक्ती नसेल तर ते उपासनेचे केवळ विडंबन ठरेल आणि त्याचा फायदा साधकाला मिळणार नाही. यासाठी या बाह्योपचारात अकार बसवून घ्यावी पाहणे, जिन्हेने त्याचा उच्चार करणे, कानांनी तो ऐकणे आणि तो उच्चारारोवर अस- त्याची ग्वाही मनाने देणे ही अशी उपासना होय. ज्ञानेश्वर महाराज केवळ या तीनच इंद्रियावर न थांबता सर्व इंद्रियांची उपासना एकरूप असेल तर देवाला आपलासा करणे कठीण नाही अशी एक उत्कृष्ट ग्वाही देतात. त्या ओव्यांचा अर्थ लावताना प्रत्येक पदाचा सूक्ष्म विचार केला तरच ज्ञानेशांच्या ओव्यांतून हा अनुभव प्रकटतो. ज्ञानदेवांच्या सहाव्या अध्यायाच्या प्रारंभी-

माझा मराठाच बोलू कोणुके । परी मयुक्तातेंही पैजा जिके ।

ऐसी अक्षरें रसिके । मेळवीव ॥ जाने ६-१४

अशी एक ओवी लिहितात. या ओवीचा अर्थ अगदी स्पष्ट आहे. तरी पण या पुढील ज्या ओव्या आहेत त्यांच्या अर्थाने पाहिले म्हणजे या ओवीच्या अर्थाबद्दल अधिक उत्कंठा लागते. त्या ओव्या अशा आहेत.

एका रसाळपणाचिया लोभा । की अवर्णाचि होती जिभा ।

बोले इंद्रियां लागे कळंभा । एकमेका ॥ जाने ६-१६

सहजे शब्दु तरी बिलो अवर्णाचा ।

परि रसना म्हणे हा रसु आमुचा ।

धराणासी भावो परिमळोका । हा तोचि होईल ॥ १७

नवल बोलतोये रेखेचि वाहणी । बेसता डोळ्यांही पुढे लागे धनी ।

ते म्हणती उघडली जाणी । कपाची हे । १८

ऐसी इंद्रिये आपुलालिया भावीं ।

मोखती परि तो सरितेपनेचि बुझावी ।

जैसा एकला जग खेववी । सहस्रकरु ॥ २०

तसे पाहिले तर मराठी बोलणे हा विषय जिन्हेचा; किंवा कानांचा. त्या दोघां अवयवानी आपापसात भांडणे आपल्याचि नाही. परंतु हे बोल ऐकताच असा काय परिणाम बघला की त्यासाठी सर्व ज्ञानेंद्रियांमध्ये कलह

निर्माण झाला. याचा अर्थच असा की या सर्व इंद्रियांच्या मागे जी मनाची शक्ती आहे ती प्रत्येक इंद्रियांत केंद्रित होते. मनाची सुखमयता ते मनःस्थान त्या इंद्रियांना देते म्हणून सर्व इंद्रिये सुखी होतात बोलणे हा विषय जरी मुखाचा असला तरी त्यायोगे या अमृताला सुद्धा जिंकून असे ज्ञानदेव प्रतिपादतात. पण हे अमृत म्हणजे पिण्याचे पेय नव्हे. अमृताबद्दल अपिणा अभिप्राय व्यक्त करताना ज्ञानदेव म्हणतात देवांचे अमृत म्हणजे क्षीरसागरातून उत्पन्न झालेले पेय होय. या पेयाच्या सेवनाने इंद्रादी देव अमर होतात असे म्हणतात, पण प्रत्यक्ष इंद्राची अवस्था पाहिली तर तो ब्रह्मदेवाच्या एका दिवसात चौदा वेळा जन्म घेतो आणि मरतो असले अमरत्व ज्यायोगे प्राप्त होते ते जिकण्याचा ज्ञानदेवांचा आग्रह नाही. त्या पेयाने या सर्व इंद्रियांना तृप्ती लाभणार नाही. पण अमृत म्हणजे भगवंत असा अर्थ केला की या सर्व ओव्या त्यांच्या आज्ञेनुसार अमदी स्पष्टपणे लागतात. मन जी शक्ती या इंद्रियांना प्रदान करते ते कसे याचाही शोध लागतो आणि ती अनुभूती येण्यासाठी साधक प्रयत्नशील बनतो. बोटवयात सांगायचे तर ॐकाराची उपासना आपल्या सर्व इंद्रियांनी करता येते. त्या त्या इंद्रियाच्या मागे अल्पशी मनाशी शक्ती असली तर ते इंद्रिय उपासनेसाठी समर्थ बनते एक एक करता करता सर्व इंद्रिये हळू हळू समर्थ बनतील. ॐकाराची उपासना मग केवळ बाह्यकृतीतून न होता त्याची अनुभूती प्राप्त व्हावी म्हणून विसिष्ट सन्धेच्या श्रद्धेने ती केली जाईल.

अंतरोपचार

हा पूजेचा दुसरा प्रकार आहे. या प्रकारात आणि पहिल्या प्रकारात याद्वयतः तसा कोणताच फरक नाही. पूजकाच्या अवयवेभट्टे फरक असतो. पूजक प्रत्येक उपचारात देवत्व प्रस्थापित करतो. तो पूजेसाठी फुले गोळा करतो तेव्हा त्याच्यासमोर देवाची मूर्ती असते, इतकेच नव्हे तर हाती घेतलेले फूल देवाच्या कोणत्या अवयवांना शोभा देईल याचा विचार त्याच्या मनात येतो. इतकेच नव्हे तर ते फूल भगवंताला प्रत्यक्ष वाहिल्यानंतर भगवंताची मूर्ती कशी दिसेल ? या प्रमाणे आपल्या अंतारात ती मूर्ती

पाहतो. याप्रमाणेच पूजेचे जे जे साहित्य तो जमवतो त्या वस्तूंचा उपयोग देवासाठी करता येईल याच विचारात तो मग्न असतो. प्रत्यक्ष पूजा करताना तो प्रत्येक वस्तूमध्ये जमवून पाहतो. प्रत्यक्ष उपचार करताना त्यामध्ये असलेले ममत्व तो काढून टाकतो. देवानेच दिलेले पदार्थ देवाला द्यावयाचे आणि त्याची पूजा करावयाची असे त्याचे कार्य चालू असते. पूजेच्या वेळी म्हणण्यात येणारे मंत्र आणि होणारी कृती याची एकरूपता असते. कदाचित एखादा पदार्थ पूजेसाठी मिळाला नाही म्हणून त्याला त्याची कधीच संत वाटत नाही. केवळ मंत्र म्हणून जमल्यास असता किंवा नमस्कार करूनही तो त्या पदार्थाची उणीव म्हणून काढतो. कारण त्या पदार्थापेक्षा त्या पदार्थाच्या अस्तित्वाची आणि त्यायोगे साध्यावयाच्या आचाराची खेष्ट भावना त्या साधकाजवळ असते. या पूजेचे फल लौकिक आणि अलौकिक अशा दोन्ही दृष्टीने वांगले असते. साधकाची उत्कंठा रोज वाढती असते. पुढे पुढे या उत्कंठेला वांगली गति प्राप्त होते. साधक किंचित काल स्वतःला विसरू शकतो आणि त्याची ती अवस्थाच त्याला सर्व वाजूने सुखी करण्यास कारणीभूत ठरते.

याच प्रकारे ॐकाराची उपासना करावयाची म्हणजे या जगांत निर्माण झालेला प्रत्येक आकार हा ॐकाराच्या आकाराशी किती साधर्म्य पावतो याकडे लक्ष ठेवावे. एका ॐकारांत अनेक रेषा आणि आकार अंतर्भूत आहेत. त्या सर्वांचे दर्शन प्रत्येक वस्तू, पशू, पक्षी, यामध्ये कसे घेता येईल याचा सतत विचार साधकाने केला पाहिजे. अगदी उदाहरण घेऊन बोलावयाचे तर एखादा पक्षी अंतरिक्षात भ्रमण करीत आहे त्याच्याकडे लक्ष गेले तर त्याच्या दोन्ही पंखात दडलेला ॐकार स्पष्ट दिसेल.

त्यामध्ये दोन पंख म्हणजे ॐकाराची वरची आणि खालची रेषा आणि दोळे हा बिंदू होय. बैलाची दोन शिंये म्हणजे या ॐकाराच्या दोन वक्र रेषा होत झाडाचे पानं घेऊले तरी त्यांतील दोन सीमारेषा हा ॐकाराचा एक भाग आहे असे पाहता येईल. अशा वस्तूंच्या माध्यमातून प्रतीत होणारा ॐकार साधकाला त्याच्याशी एका सुप्त वंधनाने कायमचे बांधीत असतो. आकाराप्रमाणे नादाकडे लक्ष देणेही जरूर आहे. नाद अनेक प्रकारचे आहेत. प्रत्येक नाद ॐकाराचाच आहे याबद्दल शंका नाही. भाड्यांचा

आवाज, तंबोच्याचा आवाज, भोटारीचा हॉर्न, पक्षांची किलबिल, गाईचे अगर रेड्याचे ओरडणे या सर्वांच्या आवाजांत ॐकाराच्या कोणत्या नादाचे सामोप्य आहे. य़ांकिडे लक्ष देत राहिल्यास आपण सच्चास्त्रेला ॐ त्या नादाशी संमिलित होतो असे दिसून येईल. या बाबतीत एक बारीकसा प्रयोग करून पाहण्याजोगा आहे. आगगाडीतून जातांना ज्या ठिकाणी रुळाचे सांधे येतात त्या ठिकाणी चाकाचा आघात झाल्यास आवाज निर्माण होतो. गाडीची गती ज्याप्रमाणे कमी अधिक होईल त्याप्रमाणे त्या आवाजाची गती देखील कमी-जास्त होते. खट्-खट ५५ खट् असा जो रुळांचा आवाज येतो त्याबरोबर रामकृष्ण हरी असे म्हणण्याचा जर प्रयत्न केला तर साधकाला असे वाटतून येईल की आपला आवाज आणि रुळांचा आवाज एकसंध झाला आहे. गाडीची गती कमी झाली किंवा जास्त झाली तरी या नादाची एकरूपता कायम टिकते. त्याचप्रमाणे ॐकाराच्या नादाशी या गाडीच्या नादाचा संबंध आणला तर ॐकाराचा एक विशिष्ट प्रकारचा नाद साधकाला सुखवील. त्या नादाला अनुसरून मुखाने ॐकार म्हणण्याचा प्रयत्न साधकाने केला तर त्याला त्याचा चांगलाच लाभ होतो. अन्य वस्तूंमध्ये वावरणारे साधकाचे मन एका ठिकाणी स्थिरावणे, स्थिर मनामुळे साधकाला आपली प्रगती उत्तम प्रकारे करता येते. अर्थात अशा तऱ्हेने रूप किंवा अन्य वस्तूचे दर्शन घेताना त्यात ॐकार पाहणे किंवा अनेक नादामध्ये आपला ॐकाराचा नाद मिसळणे ही गोष्ट एकदम साध्य नाही तरीपण अल्पशा प्रयत्नाने थोड्या काळात तो साध्य होवू शकतो.

मानसोपचार

हा पूजेचा तिसरा प्रकार आहे. या पूजेमध्ये साधक पूर्ण श्रद्धावान् असावा लागतो. कारण यात भगवंताच्या पूजेसाठी लागणारी कोणतीच साधने दृश्य स्वरूपात नसतात. इतकेच नव्हे तर ज्या भगवताची पूजा करायची ती भगवंताची मूर्ती देखील अस्तित्वात नसते. या पूजेत वाहेरून दिसेल तं फक्त पूजक. तो देखील अगदी स्वस्थ कोणतीही हालचाल न करता आपल्या आसनावर नेत्र मिटून बसलेला परंतु या पूजकाच्या अंतरात डोकावण्याच

प्रयत्न केला तर मात्र तो करीत असलेल्या अनेक क्रियांचा उलगडा होईल. तो भगवंताची पूजा करीत असतो. भगवंताची मूर्ती त्याने आपल्या मनानेच तयार केलेली असते. मनानेच तयार केलेल्या सिंहासनावर सिला तो विराजमान करतो. पूजेचे सर्व साहित्य देखील तो मनानेच निर्माण करतो. अर्थात या साहित्यनिर्मितीत ज्याप्रमाणे शुद्ध भावनेचा ओलावा असतो त्याप्रमाणे लौकिक समृद्धतेचा कळस असतो. भगवान् निर्माण होणारे सर्वच साहित्य अत्यंत मौलिक असते हा साधक भगवंताला ज्या चौरंगावर विराजमान करील तो रत्नांचा असेल आणि त्याला योग्य असेच अन्य उपचारही असतील. प्रत्यक्ष पूजाविधी चालू असल तेव्हा अंतरमुखाने तो मंत्र म्हणत असतो आणि आपल्या मानसिक अवयवानी भगवंताची पूजा करीत असतो. मंत्र आणि उपचार याचा उत्कृष्ट मेळ या पूर्जेत असतो. एक एक उपचार करता करता तो अत्यंत सुखावतो त्याचा तो सुखीपणा त्याच्या मुखावर बिलसू लागतो. सामान्याच्या नजरेत देखील तो तेव्हाच भरतो. पूजा मनात चालते परंतु हा साधक मात्र अंतर्बाह्य आनंदाने भरून जातो. या ठिकाणी साधकाची वृत्तीच ईश्वरचरणी समर्पित झालेली असते. असा साधक ही मानसपूजा कधी करतो ह्याचा अनुभवमिष्ट दाखला ज्ञानदेवानी आपल्या गुरूंची मानसपूजा करून ज्ञानेश्वरीत नमूद केला आहे सामान्य वाचकाला सुडा या ओव्याचे अंतरंग स्पष्ट होईल इतक्या त्या ओव्या समृद्ध आहेत.

आतां हृदय हें आपुले । चौफाळुनिघा भले ।

बरी बसवूं पाळले । श्रीगुरुची ॥ १

ऐक्यभावाची अंजली । सर्वेद्रिष्टकुड्मळी ।

अरुनियां पुण्याजळी । अर्घ्य देवा ॥

अनन्योदके धुवट । बासना जे तनिष्ठ ।

तें लागलेसे अबोट । खन्दिनाचें ॥

प्रेमाचेनि भांगारे । निर्बाळुनि नूपुरे ।

लेखूं सुकुमारें । पर्वें तिये ॥

घणावली भावही । अल्पभिचारें चोखडी ।

तिये चालूं जोडी । आंगीळिया ॥

आनंदाभोदबहुळ । सास्त्रिकाचे मुकुळ ।

ते उमलले अष्टदंड । ठेवूं बरी ॥

तेथे अहं हा धूप जाळूं । माहं तेजे बाबाळूं ।

सामरस्थे पोटाळूं । निरंतर ॥

मासो तनू आणि प्राण । इया दोनी पाऊवा लेवूं धोवरण ।

कष्ट भोग मोक्ष निबलोण । पायां तयां ॥

इया गुरुचरणसेवा । हो पात्र तयां देवा ।

जे सकलार्थ भेळावा । पादु बांधे ॥ (ज्ञानेश्वरी म. १५-१ ते ९)

अशा तऱ्हेने आपल्या आराध्य देवतेचे अनेकविध उपचार करतांना किती काळ निवून गेला याचे भान साधकाला राहात नाही. परंतु ज्यावेळी तो देहमानावर येतो तेव्हा त्याच्या डोळ्यात समाधान तरळत असते. प्राप्त झालेल्या आनंदात तो निरंतर राहतो.

ॐकार उपासनेच्या दाखतीत हा ॐकार भगव्या रंगाचा आढे असते ज्यानीं आपून मनांत तो ठसविण्याचा प्रयत्न केला पाहिजे. अर्थात ज्या वेळी



ॐकाराचे ध्यान करावयाचे असते तेव्हा साधकाने हा ॐकार बेंबी, हृदय किंवा भ्रूमध्ये यामध्ये कल्पावा आणि त्याचे ध्यान करावे. ते जमले नाही तर

मनाने एकाग्र होऊन आपणच आपल्या हृदयाचे स्पर्श जाणवून घेण्याचा प्रयत्न करावा. एकदां ते चांगले जाणवू लागले की मग त्याला आपल्या उच्चाराने साथ द्यावी. काही काळाने असे अनुभवास येईल की वंखरीने होणारा ॐकाराचा उच्चार बंद असतां सुद्धां नाद मात्र ऐकू येत आहे ज्या प्रणवाचे ध्यान करावयाचे तो अत्यंत तेजोवान असल्याचे भासत आहे इतकेच नव्हे तर त्या तेजाकडे पाहतांना साधकाचे मिटलेले डोळे देखील दिपतात. अगदी प्राथमिक अवस्थेत ध्यानामध्ये हा ॐकार स्थिर होणार नाही. अभ्यासाने तो स्थिर करता येऊ लागेल. याप्रमाणे प्रणवाची मानसिक उपासना साधकाला चांगल्या मार्गावर नेऊं शकते.

सूक्ष्मोपचार

मानसपूजेत जे उपचार केले जातात ते साधकाशिवाय अध्याना समजू शकणार नाहीत. अर्थात हा प्रकार या पूजेतही आहे. पण कांही वेळा पूजाकाची तन्मयता इतकी विनाल असते की त्या त्या उपचाराचे लौकिकत्व तो अन्याच्या प्रक्षयाला आणून देऊ शकतो. मानसिक उपचार करताना मनाने कां होईना, देव आणि भक्त हे दोन्ही स्वतंत्र असतात. मनानेच निर्माण केलेल्या मूर्तीची जरी पूजा असली तरी मनाचे द्वैत त्या ठिकाणी विसरत नाही. परंतु या पूजेमध्ये ते द्वैतच राहत नाही किंवा असे द्वैत राह नये म्हणून साधक देवार्चा प्रार्थना करून त्याचे सर्व अवयव स्वतः होण्याची अपेक्षा करतो. भगवंताचे डोळे, कान, नाक, वगैरे साधक स्वतःच बनतो. आणि मग तो त्याची पूजा करतो. ज्या उपचार साहित्याने पूजा करावयाची ते साहित्य आणि ज्याची पूजा करावयाची तो देव साधक स्वतःच बनतो. ही पूजा मोठी वहारीची असते. या पूजेचा सात्त्विक आनंद त्या साधकाला प्राप्त होतो तर त्यातला लौकिक भोगानंद अन्य साधकाच्या अनुभवाला येतो. साधक ज्यावेळी स्वतःच नाक बनेल तेव्हा जगांतले सगळे सुगंध एकत्रित होऊन त्या साधकाच्या जवळ येतात. हा सुगंध बाहेरून येतो. त्या मुळे त्या साधकाच्या जवळपास जे लोक असतील त्यांना तो वास आपोआप येतो. साधक ज्यावेळी डोळे बनतो तेव्हा सर्वत्र तेजाचे साम्राज्य पसरते.

कान बनेल तेव्हां सर्व ठिकाणचें नाद एकत्रितपणे ऐकू येतील थोडक्यात सांगावयाचे म्हणजे शिवो भूत्वा शिवं यजेत् । हें तत्त्व या ठिकाणी पूर्णपणे पाळले जाते. अशा तऱ्हेने भगवंताची पूजा करण्यात साधकाची जी तत्परता होते ती उत्तम अवस्था होय. पण खरा साधक एवढ्यावर समाधान मानीत नाही. त्याची घाव यापेक्षा फार पुढे असते.

अशी एक आख्यायिका सांगण्यात येते की एकदां गोंदवलेकर महाराज प्रभू रामचंद्रांची याप्रमाणे पूजा करीत बसले होते. त्यांच्या मागे असलेल्या दालनांत त्यांच्या दर्शनाला आतुर असलेला साधकगण बसला होता. महाराज पूजेमध्ये इतके गढून गेले की त्यांना बाहेरच्या जगाची जराही दाद नव्हती. पूजा संपण्याच्या पूर्वी देवाला नैवेद्य समर्पण करण्याचे कार्य चालू होते. बाहेरचे लोक पकवाग्रांच्या वासाने आनंदून गेले. सर्वत्र जिलबीचा सुवास सुटला होता. थोड्या वेळाने महाराजांची पूजा समाप्त झाली. आरती वगैरे होऊन लोकांची पाने वाडली. पण त्यांत जिलबीचा भागमूसही नव्हता. तेव्हां लोकांनी महाराजांना नम्रपणे म्हटले की आपण नैवेद्याला जिलबीचा धाट केला होतात. सर्वत्र वासही भरून राहिला होता. पण नैवेद्याची जिलबी आम्हाला मात्र मिळाली नाही. तेव्हां महाराजांनी सांगितले आज कुठली जिलबी ? भगवंताच्या मनांत येईल तेव्हां तो तुम्हाला जिलबी देईल. तेव्हां लोक म्हणाले आपल्या देववरांतून जिलबीचा सुगंध सुटला होता मगाजी, म्हणून आम्ही आपणांस प्रार्थना केली. काय झाले हे कळण्यास त्यांना कुठोच वेळ लागला नाही. ते म्हणाले असं झालं काय ? ठीक आहे. मी रामचंद्रांच्याच विचारतो. त्या दिवशी त्यांचा आनंद गगन भरून ओसंडून होता. अशाच स्थितीत ते रामचंद्रांच्या पुढे बसले आणि म्हणाले, प्रभू केवळ मनाने तयार केलेल्या जिलबीचा नैवेद्य आपणास समर्पण करतांना त्याचा सुवास जर लौकिक अवस्थेत लोकांना प्रतीत होतो तर असेही कां होऊ नये ? या मनाने तयार केलेल्या पदार्थाचे सेवन आपण केलेत की आपले पोट भरेल. आपण तृप्तीची ढेंकर घाल त्याबरोबर माझेही पोट भरले गेले पाहिजे. त्या नंतर काहीही खाण्याची मला जरूरी भासतां कामा नये. माझी भूक संपली पाहिजे. महाराजाची ही इच्छा खऱ्या अर्थाचा आचार आहे. हा आचार कसा होतो हा महान अनुभव ज्ञानेशांनी आपल्या गुंड्या भक्तिमाध्यमातून

घेतला होता. त्याचे वर्णन ते मोठ्या बहारीने करतात. या सर्वच ओव्या अतिशय चांगल्या असून अभ्यसनीय आहेत. स्वलाभाची त्या सर्व जरी देत आल्या नाहीत तरी त्यांतला काही भाग मात्र उद्धृत करणे खासच उचित ठरेल. ते आपल्या गुरूंना म्हणतात. की तुमच्या रूपेने तुमचा जो परिसर आहे तो सर्वच जर मी झालो तर आपली उपासना करताना मला मोठे समाधान लाभेल. या ओव्या पुढे दिल्या आहेत.

म्हणेन तुमचा देवा । परिवार जो आषवा ।

तेतुलें रूपे होआवा । मीणि एकु ॥

आणि उपकरती आपुली । उपकरणें आधी जेतुली ।

माझी रूपें तेतुली । होआवी जी ॥

उपकरणजात सकळिक । तेहि मीणि होईल एकक ।

तेम्हा उपास्तीचे कवितक । देखिजेळ ॥

पुन बहुतांची जाये । वरि एकलीति होऊनि ठाये ।

तैसे करुनि आज जाये । रूपे तिये ॥

ओगुंवे मन । जया देईल अवधान ।

ते मी पुढा होईन । वनत्कार ॥

तया अवणाचा आंगणी । होईन शब्दाच्या आक्षोणि

परिसु होईन वसणी । आंगचिया ॥

ओगुरुचे डोळें । अचलोकने स्नेहजेळ ।

पाहती तिये सकळें । होईन रूपें ॥

तिये रसनं जो जो रूपेल । तो तो रसु म्या होईजेळ ।

गंधरूपे कीजेळ । ध्यानसेवा ॥ भा. १३-४२८

हे सर्व उपचार चालू असताना त्या साधकाच्या परिसरेत असणारे जे अन्य साधक त्यांना देखील या उपचारांचा दृश्य परिणाम अत्यल्प प्रमाणांत जाणवत असतो. पण त्यांना हे जाणवत नाही की हे पदार्थ या साधकाने आपल्या मनाने तयार केले आहेत. किंवा स्वतः साधकच त्या त्या पदार्थांच्या आविष्काराने भगवंताची सेवा करीत आहे. अशी साधकाची उपासना चालू असेल तर त्या त्या उपचारांचा प्रत्यक्ष परिणाम व्यवहारी जगांत साधकाला

महान योगी घेत असतात कारण योगाच्या अति श्रेष्ठ पदवीला पोहोचलेल्या योग्याच्या बाबतीत ही अवस्था अवधी सहजपणे प्रत्ययाला येते.

ॐकार उपासनेच्या बाबतीत साधकाने आपल्या शरीरांत अत्यंत सूक्ष्मत्वाने दडून बसलेल्या प्रणवबीजांचा शोध घेऊन त्यावर अहर्निश ॐकाराच्या जपाने मारा करावा. त्या योगी त्या त्या स्थानांत दडलेली मुक्त शक्ती प्रगट होईल. साधक प्रणवाने पूर्णपणे भरून जाईल. हृदयाच्या स्पंद-मामुळे ज्या ज्या ठिकाणी नाडो हाताळा लागते त्या त्या ठिकाणी केवळ ॐकाराचा नाद त्याला ऐकू येईल इतकेच नव्हे तर या प्रकारच्या उपासनेने साधकाच्या शरीराची फार मोठी शुद्धी होईल. अशा साधकाच्या समोर एखादा इसम आला तर साधकाला त्या इसमाच्या शरीरात कोठे विकृतपणा आहे तो तेव्हाच समजून येईल. त्याच्या दुष्टोला, नाकाला किंवा कानांना कसलाच अडथळा जाणवणार नाही. एखाद्या माणसाने आपला स्वतःचा फोटो पाहिल्याबरोबर त्यांत काय उणीवा आहेत ते असे तो सांगू शकतो त्याप्रमाणे अशा अवस्थेला पोहोचलेला साधक प्राण्यांच्या शरीरांत कोठे काय उणे आहे अगर अधिक झाले आहे हे तो अवधी सहजपणे सांगू शकतो.

साधक या दोघाला पोहोचला की त्याचे सर्वश्रेष्ठत्व अबाधित राहाने. या अवस्थेमधला नित्यपणा त्याला ईश्वरसन्नित्याचा लाभ घेव्याने करून देतो. ही निर्गुण उपासना अत्यंत श्रेष्ठ आहे हे जरी खरी असले तरी सगुण साकार असलेल्या साधकाला या पायरीवर येण्यासाठी फार काळ घालवावा लागतो. तरी देखील प्रणवाच्या उपासनेत साधकाचा येणारे अनुभव इतर उपासनेपेक्षा अधिक द्रुत गतीने येतात. निर्गुणाची उपासना करणाऱ्या साधकांना निर्गुण म्हणजे काय हे सांगताना सगुणाचा आश्रय करावा लागतो.

शून्य याची व्याख्या सांगायची झाली तर अशी सांगायची लागेल की ज्याला लांबी रुंदी नाही असा एक आकार पण असा आकार जर मन जावून दावयाचा असेल तर केवळ शब्दांच्या कक्षेत तो स्पष्ट करता येत नाही. हेच उदाहरण ज्ञानदेवांनी आपल्या एका ओवीत सांगून दैत आणि अदैत अवस्था म्हणजे काय याबाबती मनावेधक उलगडा केला आहे.

शून्य वें शब्दावें आहलें । तें बिंदुले माहिजे एक केले ।

शून्य दाखवायचे असेल तर ज्याला सीमा आहेत असे एक बिंदु काढून दाखवावे लागते. त्याची माहिती सांगून मग असे सांगावे लागते की या बिंदुल्याच्या किंवा वर्तुळाच्या मर्यादा काढून टाकल्या तर जे वर्तुळ प्रत्यक्षाला येईल त्याला शून्य असे म्हणतात. याचाच अर्थ असा की निष्ठावाची उपासना करताना प्राथमिक अवस्थेंत सभुणपणाचा आश्रय करावा लागतो. त्यातूनच निर्गुण उपासनेची पदवी प्राप्त होते. सामान्य साधकास सुद्धा या पायरीवर येता यावे म्हणून ॐकाराला, प्राकृतिक आकार, नाव तेज यांच्या सीमा घालून तो त्याच्या हाती दिला आहे. त्यांचा यथायोग्य विनियोग करून कार्यभाग संपताच त्या सीमा पुसून टाकाव्या आणि प्रगल्भाच्या निर्गुण उपासनेच्या आनंदात साधकाने असण्ड अवगाहन करावे.



६

ॐकार साधना

भगवंत निर्गुण आणि निराकार आहे आणि तस्य वाचक प्रणवः हा देखील तसाच निर्गुण निराकार आहे. नाभाप्रमाणे आकृती किंवा गुण पाहिजेत असा नियम मानवांच्या बाबतीत जरी अपवादाने प्रत्येकाला येतो तरी भगवंताच्या बाबतीत मात्र नाही. कारण नांव त्यांच्या रूपाशी आणि गुणाशी सम असेच आहे. जरा निराळ्या शब्दांत सांगायचे तर भगवंताचे जे नाव किंवा राशीनाव आहे ते त्यांच्या रूप गुणाशी सदृश्य आहे. परंतु त्यांची अन्य नावे मात्र त्यांच्याशी संपूर्णतया सदृश अशी नाहीत. भगवंत स्वतः निर्गुण निराकार असल्याने त्यांना कसाचाही स्पर्श होत नाही. श्रीमत् भगवद्गीतेत आत्म्याचे जे वर्णन आले आहे तेच सर्वस्वी भगवंताचे आहे.

शानेश्वर महाराज ते आणखी स्पष्टपणे सांगतात.

हा अनादि नित्यसिद्ध । निरुपाधि विशुद्ध ।

म्हणजे निःशब्दादिकी छेदु । न घडें यया ॥

हा प्रलयोदकें भावले । अग्निबाहो न संभवे ।

एव महाशेषु न प्रभवे । मायताया ॥

अर्जुना हा नित्यु । अचल हा सादवतु ।

सर्वत्र सरोवितु । परिपूर्ण हा ॥

हा गुणत्रयरहितु । व्यक्तोत्ती अतीतु ।

अनादि अविकृतु । सर्वरूप ॥ २-१५०

ज्या तऱ्हेच्या भगवंताचे नांवही त्याला साजेसे असले पाहिजे. म्हणजेच ज्याला कशाचाही स्पर्श होत नाही असेच असले पाहिजे. विष्णू-सहस्रनामातील प्रत्येक नांव घेतले तरी त्याला विभवती प्रत्यय किंवा शब्दयोगी अव्यये जोडली जातात आणि त्यापासून निर्माण होणारा शब्द भगवंताशी अमेदपणे नांदत नाही. नामाला विभक्ति प्रत्यय लागला की शब्दाचे मूळ स्वरूप बदलते आणि ते मूळ नामापासून भिन्न असल्याचे प्रत्ययाला येते. याचे कारण एकच की ही सर्व नावे भगवंताना दिलेली आहेत. त्यांचा बराचसा उपयोग स्तीत म्हणून केला जातो. याचाच अर्थ असा ही नामे म्हणजे भगवंताला त्याच्या लीला किंवा पराक्रमावरून ओळखण्यासाठी केलेली खूण आहे वासुदेव-वासुदेवाचा पुत्र, माधव मा म्हणजे-लक्ष्मी-धन म्हणजे पती-लक्ष्मीचा पती तो माधव याप्रमाणे सर्व नामांच्या पाठीमागे भगवंताची कीर्तिप्रभा गोचर होते. सामान्य माण-साला मुद्दां भगवंताच्या या नावाचा खुलासा अगदी सहजपणे होईल. या नावांनी भगवंताला हाक मारली तर तो 'ओ' देणार नाही असे नाही पण त्याला अधिक कालावधी लागेल. त्यापेक्षा त्याला खऱ्या नावाने हाका-एले तर ते भगवंताला देखील अतिशय जवळचे वाटेल. भगवंताची जी अनेक नावे आहेत त्यावरून भगवंताच्या खऱ्या स्वरूपाचे दर्शन होणार नाही, ज्याबेळी ते नाव आपण होऊन मीनावते तेव्हाच देव-भक्तांचा मिलाफ होतो. ही नामाची अवचण दूर करणे हे जगभजेनी

‘ भगवंताच्या ज्या नावाला विभक्ति प्रत्यय किंवा शब्दयोगी अव्यये यांचा स्पर्श होत नाही असे जर भगवंताचे कोणते नाव असेल तर ते केवळ ‘ ॐ ’ एवढेच आहे. ॐकाराला ह्यामूळेच सरे महत्त्व प्राप्त झाले.

भगवन्नामाचा जप करणे ही साधनेची सर्वात सोपी क्रिया होय. किंवा भगवंताचे सान्निध्य साधण्यासाठी ज्या नवविद्या भक्तीचा उल्लेख श्रीमते भागवतांत केला आहे त्यात कीर्तन ही एक महत्त्वाची आणि अगदी सामान्य माध्यसास सुद्धा आचरता येईल अशी भक्ती आहे. या भक्तीच्या बाबतीत फारशी बाह्य पध्दे नाहीत. त्यामुळे वेळ, स्थळ आणि स्थिती यांचा विचार इही न करता भगवंत नामाचा अखंड उच्चार करायचा असे ग्रामचे महान अनुभवी सन्त सदैव सांगत असतात. ज्ञानेश्वर महाराज अशा अखण्ड जप-साधनेला यज्ञाचे महत्त्व देतात.

नामजपयजु तो परम । आंधू न शके स्नानादि कर्म :

नाम पावन धर्माधर्म । नाम परब्रह्म वेदार्थ ॥ १०-२३३

इतकेच नव्हे तर भगवंताचे अस्तित्व देखील अशा नामघोषस्थळी असते. श्रीमत् भागवंतांत नारदांनी विचारलेल्या ब्रह्माला उत्तर देताना भगवंतांनीच आपण अशा नामघोषस्थळी असल्याचे स्पष्ट केले आहे.

माहं वसामि बंकुण्ठे योगिनां हृदये २३० ।

मद्भक्ताः यत्र गायन्ति तत्र तिष्ठामि नारद ॥

हाच भगवंताचा मानस ज्ञानेश आपल्या ज्ञानदेवीत सांगतात :

तो मी बंकुंठी नसे । वेळ एक भानुबिंबीही न विसे ।

वरि योगियांचीही मानसें । उत्तरडोनि जाय ॥

परि सर्वापाशीं पांडवा । मी हारणला गिबसावा ।

जेथ नामघोषु बरवा । करिती भासा ॥ ९ ७. ८.

श्रद्धावंत आणि साधक यांना भगवंताने अशा तऱ्हेने आपले रहाण्याचे ठिकाण आणि त्या स्थळाकडे येण्याचा सोपा मार्ग सांगितला आहे. याच सामग्रीवर सामान्य साधकाने वाटचाल करायला हरकत नाही. ही वाटचाल करताना ॐकाराचा आश्रय केल्यास त्याचे फळ विशेष. जरूरी प्राप्त होते. म्हणून याच नामाचा घोष करणे जसिज ज्ञेय

अकार म्हणण्याच्या अनेक पद्धती आहेत. या सर्वच पद्धती या ठिकाणी विस्तृतपणे सांगता येतील असे मुळीच नाही. तरीपण त्यातल्या अत्यंत महत्वाच्या पद्धतीचा विचार मात्र येवें केला आहे. अकाराचे प्रमुख उच्चार म्हणजे न्हस्व, दीर्घ, आणि प्लुत. हे तीन उच्चार म्हणजे काय ? ते म्हणावेत कसे याचे स्पष्टीकरण पूर्वीच्या भागांत आलेले आहे, तरीपण त्याचा उल्लेख पुन्हा केल्यास ते योग्यच ठरेल. कोंकडाचा आरंभ घ्यानी माणल्यास त्या तीनही उच्चारांची माहिती लवकर होईल. तो आर- बताना कुक् ऽ कू ऽऽ असे ओरडतो. या त्याच्या ओरडण्यात तीनही उच्चा- रांचा समावेश आहे. यातील पहिल्या कु चा उच्चार न्हस्व आहे. दुसरा दीर्घ आहे तर तिसरा प्लुत आहे. हे तीनही उच्चार साधकाने स्वतंत्रपणे करून पाहावेत. या उच्चारामध्ये फारसे अवघड असे काही नाही. थोड्याशा प्रयत्नाने त्यात चांगले यश येईल. एकदां हे उच्चार समजले म्हणजे अकाराचे अन्य उच्चार समजण्यास कठीण जाणार नाहीत.

अकारामध्ये अ, उ, म् आणि अर्धचंद्रासहित एक अनुस्वार यांचा समावेश आहे. या तीनही अक्षरांचा उच्चार अगदी प्रारंभी स्वतंत्रपणे करून पाहावा. अ हा कंठातून उच्चारवा. त्याला जिभेचा उपयोग नाही. उ हा ओष्ठ्य वर्ण आहे. पण त्यासाठी ओठाची उघडझाप न होता तोंड चंदूच्या तोंडासारखे करून त्याचा उच्चार करावा. खेवटी म् आहे. चंदूप्रमाणे केलेले ओठ एकदम मिटले की म् चा उच्चार आपोआप साधतो. या तीनही अक्ष- रांची उच्चार स्थाने चांगली समजली की अकाराचा उच्चार सोपा होईल. संस्कृत भाषेचा असा नियम आहे की शब्दांचा किंवा अक्षरांचा ज्या ठिकाणी संधी होतो त्या ठिकाणी तो अवश्य केला पाहिजे. तसे न करता संस्कृत बोलणे श्रेष्ठसम्मत आणि व्याकरणाशुद्ध नाही. म्हणून ज्या ठिकाणी शक्य आहे त्या ठिकाणी संधी केलाच पाहिजे. या नियमाप्रमाणे ह्या सर्व अक्ष- रांचा संधी करून तो उच्चारला म्हणजे अकाराचा उत्तम उच्चार होतो. अ + उ = ओ होतो. या ओ मध्ये म् मिसळत नाही तो फक्त त्याचे सानिध्य स्वीकारतो. त्यामुळे ओम् असे होते. परंतु या अक्षर समुदायात एक अनुस्वार आहे. त्याचेही उच्चारण या संधीमध्ये एकरूप करावे म्हणजे

हा उच्चार ओम् अस्य होतो. ॐकाराचे विशिष्ट महत्त्व लक्षांत घेवून आणि इतर सर्व अक्षर समुदायांपेक्षा त्याचे स्थान निराळे असल्याचे दाखविण्यासाठी तो स्वतंत्रपणे लिहिण्याची पद्धत अवलंबलेली आहे. हे करतांना त्यामध्ये समाविष्ट असलेल्या तीनही अक्षरांचा काही काही भाग घेण्यात आला आहे.

☐ हा 'अ' चा अंश

☪ हा 'उ' चा अंश

☞ हा मूळ अंश

☯ हा संपूर्ण अनुस्वार

या सर्व अंशांचे मिळून 'ॐ' असे अक्षर मान्य करण्यांत आले. ॐकार लिहिण्याच्या अनेक पद्धती रूढ आहेत.

ॐ, ॐ, ॐ, ओं, ओम्, ओऽम्, ओ३म्.

अशा कांही पद्धती आजही रूढ आहेत. परंतु या सर्वांत श्रेष्ठ अशी पद्धत म्हणजे 'ॐ' असा लिहिणे होय. बालबोध वर्णमालेचा हा विशेष आहे की त्याप्रमाणे अक्षर जसे लिहिलेले असेल त्याचप्रमाणे त्याचा उच्चार करावयाचा असतो. या नियमाला अनुसरूनच ॐ चा उच्चार कर्तव्य आहे.

अक्षरांचा उच्चार वाणीने केला जातो. अशा वाण्या चार प्रकारच्या आहेत. त्या सर्वत्र वाण्यांतून या ॐकाराचा उच्चार होतो. साधकाने उच्चार करताना प्रारंभी वैखरीने आणि मोठ्याने करून पाहावा. जिव्हा किंवा वैखरी ही अत्यंत स्पष्ट अशी वाणी आहे. या वैखरीने उच्चार करताना म्हस्व, दीर्घ, आणि प्लुत हे तीनही प्रकार म्हणावेत. हे उच्चार म्हणता साधकाला असे आढळून येईल की, जिव्हेने उच्चार करतां अधिक मोठा उच्चार झाला तरी त्यायोगे कम अधिक होतात. मन थकले नाही तरी शरीर मात्र लवकर थकते. याचाच अर्थ असा की, यामुळे शरीरावर ताण

नाही. अगदी सुरवातीला आपण त्यांच्या अर्थाकडे कितीही लक्ष पुरविले तरी पुढे मात्र ते लक्ष राहात नाही. ते विचलित होऊ लागते. त्यामुळे साधनेत व्यत्यय निर्माण होतो. परंतु जमूक इतका आपला जप झाला पाहिजे असे साधकाचे लक्षा ठरलेले असल्याने साधक आपल्या शरीराची हटवादीपणा करून यंत्राप्रमाणे मनमग्न जप करतो. साधनेला अशा जपाची गरज नाही. त्यापेक्षा सहजपणे होईल तितकाच जप आवश्यक आहे.

याप्रमाणे वैखरीने जप करता करता हळूहळू हा जप जिव्हामूलाकडे कसा ढकलता येईल ते पहावे. जीभ आणि कंठ यांच्या मधले स्थान म्हणजे जिव्हामूल होय. या ठिकाणी होण्याचा उच्चार किंचित धोमरा असल्याचे साधकाला जाणवेल. तसाच स्थितीत हा उच्चार अधिक नेटाने म्हणण्याचा प्रयत्न करावा. काही दिवसांतच हा मंत्र या ठिकाणी चांगल्या प्रकारे म्हणता येऊ लागेल. वैखरीने जप करीत असतां शरीराला जो थकवा येतो तो या ठिकाणी कमी होईल. जपाचा झाल आणि तसया यामध्ये हळूहळू वाढ होईल. इतकेच नव्हे तर या ठिकाणी उच्चार करताना एक विशेष प्रकारचा आनंदही प्राप्त होईल.

जिह्वामूलाच्या ठिकाणी हा जप चांगला करता येऊ लागला की, साधकाने कंठाकडे जाण्याचा प्रयत्न करू नये. कंठ ही कोणत्याही जपाची खरी वाणी होय. पुढे वैखरी राम याची वदावा । या स्वामी समर्थ रामदासांच्या उक्तीचा आशय केला की याचा उलगाडा चांगला होईल. वैखरी म्हणजे जीभ. ती तशीच पुढे ठेवावी आणि त्या पूर्वीच्या वाणीमध्ये म्हणजे कंठात हा जप करावा असे स्वामीचे अनुषाचाचे सांगणे आहे. त्यामुळे असे म्हणावयास हरकत नाही की कंठांमध्ये ॐकाराचा जप करता येऊ लागला की मनुष्य साधक बनतो. ही साधकाची प्राथमिक तयारी आहे. जोपर्यंत कंठांतून ॐकार म्हणता येत नाही तोपर्यंत ॐकाराची खरी स्पंदने आणि तीव्र गतिमानता-साधकाला ज्ञात होत नाही. या कंठांत जो उच्चार होतो तो पेट्टीच्या स्वराच्या माध्यमांतून समजून घ्यावयाचा तर त्याला खर्ज असे म्हणतात. हा खर्जातला उच्चार तसा विचार केल्यास अवघड आहे. कारण यामध्ये सर्व मूलस्वरांचा भिंलाफ असतो. एकदा हा खर्ज चांगल्या

प्रकारे लावता. गेला की गायकीमध्ये पुढील स्वरांची रचना. गायकाच्या स्वाधीन जाते. त्याप्रमाणे खर्जात जप करण्याचा प्रयत्न यशस्वी नसला की ऍकाराच्या पुढील कोणत्याही गती त्याला आत्मसात करता येताना. इतकेच नव्हे तर त्या उच्चाराच्या रीती देहावर उत्कृष्ट नियंत्रण राहते. या अपामध्ये शारीरिक अवयवांचा अवगती किंचित् उपयोग केला जातो. त्यामुळे पूर्वी जे शरीर शकत असे ते न शकतां ताजेतवाने राहते. कितीही जप केला तरी त्यामध्ये शारीरिक अवयवा मूळीच होत नाही. जपाची गती त्यामुळे वाढते आणि संस्थेच्या वृष्टीने देखील हा जप भरपूर होतो. मागील दोन्ही उच्चारापेक्षा या उच्चारचा नाद कमी आहे याची जाणीव साधकाला ताबडतोब होईल. पण साधकाने हे ध्यानात ठेवावे की याच ठिकाणी न बांधता हा उच्चार नाभिकमलाच्या दिशेने भाणखी आंत आंत म्यावयाचा आहे. हा उच्चार जितक्या प्रमाणांत नाभिकमलाकडे जाऊ लागेल त्यामानाने त्याचा उच्चार आणि नाद अधिकाधिक सूक्ष्म होत जाईल. ज्यावेळीं हा उच्चार पस्यंती बाणीमध्ये वेईल तेव्हां तो फक्त साधकालाच ऐकू येऊ शकेल. अन्यांना त्याचा नाद ऐकू येणार नाही. या नादाचे परिणाम म्हणजे शरीराच्या अतिशय सूक्ष्म अवयवामध्ये निर्माण होणारी स्पंदने. या स्पंदनाचे ज्ञान साधकाला होते. त्याचप्रमाणे साधकाच्या शरीराला जर कोणी स्पर्श केला तर त्याला देखील त्याचा बोध होतो. परंतु ऍकाराचा उच्चार मात्र ऐकू येत नाही. पुढे नाभिकमलाकडे हा उच्चार गेला की साधकाला सुद्धा तो उच्चार-नाद समजणार नाही. परंतु नादाची जी स्पंदने निर्माण होतात ती मात्र साधकाला चांगल्याप्रकारे अनुभविण्यात मिळतात. अन्य साधकांना त्याचा परिणाम जाणवत नाही. या ठिकाणी साधक येऊन पोहोचला म्हणजे ऍकाराच्या उच्चाराच्या योगाने निर्माण होणाऱ्या कोणत्याही नादाचे स्वरूप त्याच्या अवयवांत राहते. सूक्ष्मानिःसूक्ष्म असे नाद किंवा त्या नादाची कालमर्यादा या दोहोमध्ये कमी अधिक स्थिती निर्माण करण्याचे सामर्थ्य साधकाच्या अंगी येते. हे सामर्थ्य अंगी आण्ये की साधकाला आपल्या उपासनेचा खरा आनंद प्राप्त होतो. या ठिकाणी शरीर अथवा मन या दोहोंचाही फारसा संबंध येत नसल्याने शरीर मूळीच शकत नाही. उलट ते अधिकाधिक कार्यक्षम होऊ लागते. जी स्थिती शरीराची

तीस मनाची देखील असते. वेशवान मनाचा वेग पूर्णपणे मंदावतो आणि साधकाला खऱ्या अर्थाने विद्यांती प्राप्त होते.

ॐकाराच्या उपासाठी काही पद्धतींचा अवलंब करून तर त्याचा परिणाम साधकाला लवकर दिसू लागतो. अर्थात् भगवंताचे नाव अत्यंत पवित्र असल्याने ते कोठेही घ्यावे असे असले तरी विशिष्ट शुचिते मध्ये त्या नामघोषाने भर पडते. उपापासून लौकिक अथवा अलौकिक अशा जी फळे दोन वर्णांनी मिळतील ती या शुचितेच्या साधनेच्या वर्णाच्या आतच गोचर होऊ लागतील. केवळ यासाठीच काही पद्धतींची जरूरी आहे.

सर्व ब्रह्मनाथ शुचितेला फार मोठी किंमत आहे. स्थळ, आसन परिसर देह, देहांतर्गत अवस्था आणि उच्चार इतक्या सद्देच्या शुद्धतेचा साधकाने जरूर विचार केला पाहिजे. या सर्वांचा खुलासा पूर्वीच्या भागात केला आहे ती दुरुस्ती न करता एका खोलीच्या जगांत जगणाऱ्या साधकाने याचा अवलंब कसा करावा याचाच विचार या ठिकाणी अधिक केला आहे. एका खोलीच्या सांसारिक जीवनांत असंख्य अडथळे असतात. तरी पण उपासना एकदां करावयाची ठरली आणि ती पूर्ण भक्तेने करावयाची ठरली म्हणजे मार्ग आपोआप सांपडताना. परंतु काही अशा नैसर्गिक अडचणी आहेत की त्या कोणत्याही प्रकारे टाळता येत नाहीत. त्यांतल्या त्यांत विशेष महत्त्वाची अडचण म्हणजे स्त्रियांच्या मासिक धर्माची. आजच्या जीवनांत याचा फारसा कोणी विचार करीत नाही. परंतु उपासनेच्या दृष्टीने तो एक प्रखर अडथळा आहे यात शंका नाही. यासाठी साधकाने पदच एवढेच करावे की ज्यावेळी अशी अडचण उद्भवेल तेव्हा चार दिवस आपले उपासना कार्य पूर्णपणे बंद ठेवावे. किंवा स्नान आल्याबरोबर अन्य कोणत्याही वस्तूला जराही स्पर्श न करता किंवा साधकाने स्वतःला अन्य कांणाचा स्पर्श होणार नाही अशी खात्री करून घेऊन सान्त्तपणे आपली नित्य साधना पार पाड्यावी. पण ते जमणार नसेल तर मात्र साधकाने आपली साधना चार दिवसपर्यंत बंद ठेवून घ्यावी. किरकेंक वेळी आपली साधना पूर्ण होईल अशी जागा क्षेपणाच्या कूपेने मिळत असेल तर उत्तमच. त्याचा पुरेपूर उपयोग साधकाने करावा. बौद्धक्यात म्हणजे आश्रयाला विकृतीचा स्पर्श

होणार नाही याची काळजी साधकाने मुद्दाम घ्यावी. स्त्रीसाधकांने देखील या चार दिवसांत आपली साधना बंद ठेवावी. इतकेच नव्हे तर चार दिवसांनंतरहि जर त्रास होत असेल तरीही साधना बंद ठेवावी. कित्येक वेळी असेही होण्याची शक्यता आहे की दुसऱ्या दिवसानंतर त्रास बंद होतो. अशा वेळी पुढचे दोन दिवस बांबावे. त्रास बांबला म्हणून ती स्त्री उपासनेस योग्य झाली असे नव्हे.

साधकाने साधनेच्या वेळी जे कपडे वापरायचे त्यांत कटिबंधनाला मद्दत आहे. त्याबरोबर पुरुषांच्या बाबतीत लंगोटी अगर लंगोट नेसणे अगत्याचे आहे. ते नसेल तर सकळ नेसावे. एवढीच सूचना आहे. कटिबन्धाशिवाय अन्य कपडे न घातल्यास चांगले. परंतु असतीलच ते धिले करावेत. स्त्रियांच्या बाबतीत उरोज बंधने किंचित सैल करणे जरूर आहे. कपडे खूप बद्ध असतील तर या ॐकाराच्या उच्चाराबरोबर आतील स्नायूंना जे प्रसरण लाभते ते पूर्णपणे न मिळाल्याने वरचित त्रास होण्याची शक्यता असते.

साधकाने आपले आसन स्वतः निवडावे. जे आसन चालले असता आपली उपासना पूर्ण होईपर्यंत मांडी हलवावी लागणार नाही इतकेच नव्हे, तर तें आसन सुसह्य होईल असे कोणतेही आसन निवडावे. पद्मासन, श्वस्तिकासन किंवा सहजानन चालावे. बसायला पाठ घेंऊ नये. आसनावर ताठ बसावे. पोक काढून बसल्यास ॐकाराच्या उच्चाराचे परिणाम सर्व शरीरभर सारखे होणार नाहीत. यासाठी साधकाने अभ्यासपूर्वक प्रयत्न करून ताठ बसावे. हात कसेही ठेवले तरी चालतील. फक्त हातांच्या बोटाची टोके जमिनीकडे होणार नाहीत एवढीच दक्षता घ्यावी. जपच्या पूर्वी आचमनाची जरूरी आहे. (त्याबाबत ॐकार किमया भाग १ पान १०५ वर सुलासा केला आहे.)

ज्या ठिकाणी बसावयाचे त्या ठिकाणी साधकाने आपल्या डोळ्यांच्या समोर साधारणपणे दीडहात लांबीवर केशरी किंवा भगव्या रंगाचे ॐकाराचे चित्र ठेवावे. त्याच्याकडे आपली नजर ठेवून साधकाने आपल्या पसंतीप्रमाणे कोणताही ॐकाराच्या उच्चार निवडावा आणि त्याप्रमाणे उच्चार करण्यास प्रारंभ करावा. हा जप केवळ स्वतःलाच ऐकू येईल अशा तऱ्हेने

अगदी लहान बावाजांत म्हणावा. कंठाने जप केल्यास हे कार्य आप
साधते. ॐकाराचा उच्चार करताना जीभ उपयोगात आणू नये. स्वस्थ बा
वैसाता किंवा क्षोपलो असतां आपली जीभ कुठे असते ? याचे साध
निरीक्षण करावे आणि जीभ त्याच अवस्थेमध्ये ठेवून ॐकार म्हणणे
करावे. कदाचित जीभ खूप हलके असे वाटले तर जिभेचे टोक खा
समोरच्या दातांच्या हिरदीच्या मुळाशी स्पर्श करून ठेवावे. अभ्यासात
जीभ स्वतंत्रपणे राहू शकेल. ओठांची हालचाल होईल, ती होऊ न
तिला प्रारंभी प्रतिबंध करू नये. जप मोडू नये. प्रारंभीच्या काळात ह
केवळ १० मिनिटेच करावा. अधिक करण्याचा मोह झाला तरी तो
दूर सारावा.

हा ॐकार जप करताना अधिक सोपे जावे म्हणून साधकाने ए
श्वासांत विशिष्ट जप करावा असा संकेत आहे. सामान्यपणे

म्हस्व	एक श्वासांत	८ वेळा
दीर्घ	"	४ "
प्लुत	"	२ "

याप्रमाणे ॐकार म्हणावा. जप चालू असताना साधकाने श्वासाक
लक्ष देण्याची जरूरी नाही. बोलताना मध्ये आपण श्वास घेतो. त्याक
आपले ज्याप्रमाणे लक्ष नसते त्याप्रमाणेच या ठिकाणी देखील श्वासाक
लक्ष देणे अगत्याचे नाही. ८, ४, २ याप्रमाणे ॐकार म्हणताना दम लागल
की किंचित थांबून पुन्हा म्हणणे सुरू करावे. श्वासाकडे मुद्दाम लक्ष देण्या
प्रयत्न केला तर ॐकार जपात एक प्रकारचा अडथळाच निर्माण होईल
या ठिकाणी देखील श्वासाचा मुळीच विचार करू नये. साधकाने फक्त
आपल्या उच्चाराकडे लक्ष ठेवावे. अन्यथा साधकाच्या मनात गोधळ निर्माण
होईल.

ॐकार म्हणण्यास प्रारंभ करण्यापूर्वी म्हणजे आवमन झाल्याबरोबर
एक न्यूल म्हणावा. न्यूल म्हणजे पहिल्या प्रथम, ४, ८, १२ किंवा १६
वेळां म्हस्व ॐकार म्हणून त्याला जोडून एक प्लुत म्हणावा. अर्थात हे स

कार्य एकाच दमांत आणि एकाच वेळी करावयाचे आहे. हे म्हणतांना घाई. पुढीच करू नये. म्हणजे अकारावृत्ति के वेळां म्हणता येईल तितकें वेळाच म्हणावा. आठ वेळा म्हणावयाची शक्ति असतां १२ किंवा १६ वेळा म्हणण्याचा आग्रह धरू नये. त्यामुळे फायदा होण्याऐवजी तोटाच होतो. पुढच्या अकारावृत्ति जपावर देखील त्याचा परिणाम होतो. म्हणून सहजपणे तो म्हटला गेला पाहिजे. ह्या मूळ उच्चाराने साधकाच्या जीव, कंड, हृदय आणि नाभी या ठिकाणी असलेल्या आरही वाण्यांना विशेष तऱ्हेची चेतना प्राप्त होते. त्यांच्या बरोबरच शरीराचा जे ज्ञानतंतू आहेत त्यांच्यावर या उच्चाराने स्पंद आढळून ते देखील चेतनामय होतात. त्यामुळे साधक पुढच्या सर्व उपासनेत सतत ताजा राहतो.

अकाराचा उच्चार करीत असतां आरली नजर समोर अकाराच्या चित्रावर स्थिर करण्याचा प्रयत्न केला पाहिजे. अर्थात तो एकाएकी साध्य होत नाही. या ठिकाणी साधकांना प्रती मंदा निर्माण होईल की या अकाराकडे पाहावयाचे म्हणजे अकाराच्या निश्चित कोट्या भागावर नजर ठेवायची प्राथमिक अवस्थेत संपूर्ण अकाराचा पाहण्याचा प्रयत्न करावा. कांही काळाने त्याला यश येईल परंतु पाहण्याची क्रिया केवळ चर्मचक्षूंनी करून चालणार नाही. त्याच्या मागे मनाची धावा असणे आवश्यक आहे. ती शक्ती किंचित काळ प्राप्त होऊ शकते. ज्या वेळा ती मिळते, तेव्हा अकार पाहण्याचे कार्य चांगल्याप्रकारे होते, परंतु मन अत्यंत चंचल असल्याने एकाच स्थळावर बराच काळ त्याला खिळवून ठेवणे फार कठीण जाते. अर्थात विशेष अभ्यासाने ही गोष्ट साध्य होत नाही असे नाही. साधकाचे जे लक्ष सतत अकाराकडे असणे आवश्यक आहे ते प्रत्येक क्षणाला बदलत असते. एके ठिकाणी राहणें हा मनाचा स्वभावच नाही. त्यामुळे मनाला एका ठिकाणी स्थिर करण्याचा अभ्यास साधकाच्या विशेष प्रकारे करावा लागतो. अकाराच्या चित्रावरून अनेक वेळा मन बाहेर जाते. पण साधकाने अगदी प्राथमिक म्हणून जी क्रिया करावयाची ती म्हणजे असे बाहेर जाणारे मन पुन्हा खेचून आणून त्या अकारावर स्थिर करण्याचा प्रयत्न करणे. एकदा बाहेर गेलेले मन अकारावर पुन्हा कळहा आले या मधील कालावधीची जर गणना

केलो तर हळूहळू असे वाढवून येईल की पहिल्या वेळी अकाराकडे असतांना बाहेर गेलेले मन पुन्हा अकारावर जेव्हां खिळले तेव्हां त्या जे काळाचे अंतर होते ते मोठे होते परंतु पुढच्या वेळी ते अंतर कमी स्थानंतर ते आणखी कमी झाले. परंतु संपूर्णपणे नाहीसे मात्र झाले नाही अंतर नाहीसे होणे आणि अकारावर नजर स्थिरावणे ही या उपासने फारच महत्त्वाची पायरी आहे. प्रयत्न करूनही हे साध्य झाले नाही साधकाचे समोरच्या अकाराकडे नुसते पाहता न बसता तो नजरेने गिरिच्या प्रयत्न करावा. गिरिवतांना तोंडाने जप चालू राहिला पाहिजे. अकार कसा गिरवावा ते खाली स्पष्ट केले आहे, मागे सांगितल्याप्रमाणे अकाराचे पांच भाग पडतात.



- १) हा वरचा भाग वरून खाली गिरवत आणावा.
- २) हा मालचा भाग, वरून खाली गिरवावा
- ३) हा तिसरा भाग, डावीकडून उजवीकडे गिरवावा
- ४) अवचा भाग, डावीकडून उजवीकडे आणून वर पाचव्याचा समावेश करावा

प्रत्येक भाग गिरविताना एक एक अकार म्हणावा. या योगे साधकाचे लक्ष समोरच्या चित्राच्या बाहेर जाणार नाही. एकदां हे गिरविण्याचे कार्य साधकाला साधले की पुढे पुढे त्याचे चित्त नुसत्या अकारावर आपो-आप स्थिरावले जाईल. ही पहिली पायरी चांगल्या प्रकारे स्वाधीन झाल्या-शिवाय साधकाला गती वाढविता येत नाही. किंबहुना त्याने आपली गती

बाह्यविषयाचा अगदी प्रारंभी प्रयत्नच करू नये. ॐकार नजरेने गिरवितां गिरवितां साधकाची नजर बराच काळपर्यंत त्या ॐकारावर बिळून राहू शकेल. मनाची बाहेर धांव घेण्याची गती कमी होईल. ज्ञानेश्वर महाराज साधकाला भक्तीच्या मार्गात कसे यावे, आणि एकां भक्तीमार्गाचा अवलंब केला म्हणजे भक्तीच्या योगाने तो कसा जगतो याचे फारच चांगले मार्ग-दर्शन करतात.

तरी या ऐसें करी । ययां आठां पहारांमाझारीं ।

मोटकें निमिषमरी । वेतु जाय ॥

मग जें जें कां निमिष । देखेल नातें मुल ।

तेतुलें अरोचक । वृत्ती घेईल ॥

जैसे शरदूकाळू रिने । आणि सरिता बोहदू लागे ।

तैसे चित्त कोढेल वेगे । प्रपंचोनि ॥

मग पुनवेहूनि जैसे । शरीरिब दिसे चिसे ।

हारपत आवसे । नाहीचि होय ॥

तैसे भागाआतुनि निथतां । चित्त मजमाबो रिथतां ।

हळू हळू पडिमुता । मोचि होईल ॥ ज्ञाने १२-१२५-९

दिवसाच्या संपूर्ण कार्य-प्रसाच्यांत केवळ एक निमिष फक्त माझ्या-साठी घावयाचे. मग जे जे निमिष माझ्या साक्षिच्याचा आनंद प्राप्त करील ते ते त्या मनाला या विषयभोगाच्या आनंदातून काढून माझ्याकडे लावील. रोज हा काळ वाढत जाईल. शरदूकालु चालू माला म्हणजे वर्षी ऋतूंत दुय्यही भरून वाहणाऱ्या नद्यांचे पाणी कमी कमी होऊ लागते किंवा पौर्णिमे-पासून रोज चंद्राची कला कमी होत जात अमावस्येच्या दिवशी ती पूर्ण नाहीशी होते. त्याप्रमाणे हे मन विषयभोगातून मिळणाऱ्या आनंदातून निघून माझ्यामुळे मिळणाऱ्या आनंदात पदार्पण करते.

त्याप्रमाणे साधकाने आपली उपासना अल्प अगर मोठी याचा जराही विचार न करता एकाग्रपणे चालू ठेवावी. पुढे पुढे ॐकार न गिरवितां सुद्धा हे मन त्याच्यावर चांगल्या प्रकारे स्थिरावेल. बराच काळपर्यंत त्या मनाची हालचाल होणार नाही. असे जाले म्हणजे साधकाची पहिली पायरी सिद्ध

झाली. आरंभी हा प्रयत्न रोज केवळ पाच मिनिटें किंवा दहा मिनिटें करावा. एकदां संवय झाली की मग मात्र वेळ वाढवायला काहीही हरकत नाही. पण हा वेळ देखील एकदम वाढवायला नाही. पहिली दहा किंवा पाच मिनिटांची ही उपासना साधकाला चांगली पचनी पडली पाहिजे. ही उपासना पचनी पडल्याचे सर्वांत उत्तम उदाहरण सावयाचे तर असे देता येईल की ॐकाराचा जप करताना तो मोजावयाचा नाही. केवळ घड्याळाच्या वधनाने आपली जपाची गणना करावी. रोज आपण दहा मिनिटे जप करतो असे मानके. जपाच्या वेळी आपले लक्ष समोरच्या चित्रावर असते आणि मुखाने जप चालू असतो. प्रारंभीच्या अवस्थेत साधक दहा मिनिटे झाली कां म्हणून घड्याळाकडे पाहील तेव्हां असे आढळून येईल की अजून दहा मिनिटे व्ह द्या बराच अवधी आहे. म्हणून तो पुन्हा आपला जप करू लागेल. थोड्या वेळाने पुन्हा पाहील तेव्हां मऊच मिनिटे झाली आहेत असे आढळेल म्हणजे दहा मिनिटे झाली कां हे पाहण्यासाठी त्याला अनेकवार घड्याळ पाहूच लागेल आणि ती झाली नसल्याने पुढे जप करीत बसावे लागेल. परंतु ज्यावेळी दहा मिनिटे झाली कां म्हणून साधक घड्याळाकडे पाहील तेव्हां गाडेदहा किंवा अकरा मिनिटे झाली आहेत असे जेव्हां त्याला दिसेल तेव्हा दहा मिनिटांचा जप पंचविद्याचे साधकाचे कार्य चालू झाले असे समजावे. याप्रमाणे अखंडित तेहतीस दिवस होतील तेव्हां तो दहा मिनिटांचा जप साधकाला पचला असे मानायला हरकत नाही याप्रमाणे दहा मिनिटे पचनी पडली की एक मिनिट वाढवावे ते पचले की पुढे दोन मिनिटे आणि त्यानंतर तीन मिनिटे वाढवून एकूण जप पंधरा मोळा मिनिटे झाला की त्या ठिकाणी काही काळ पंधरा मिनिटे जप करीत थांबावे. याप्रमाणे एक महिन्याच्या काळ मेला की मग कितीही काळ वाढवायला हरकत नाही. साधकाला आपले आसन स्थिर ठेवून जितका वेळ जप करता येईल तितका वेळ त्याने तो करावा. मात्र एवढे लक्षात ठेवावे की आपले लक्ष ॐकाराच्या चित्रावरून ढळू देऊ नये. ज्यावेळी लक्ष बदलेल किंवा आसन अस्थिर होऊ लागेल तेव्हां अकारण अट्टाहास करून बसण्याचा प्रयत्न मात्र केव्हांही करू नये.

याप्रमाणे ही पहिली अवस्था उत्तम रीतीने साधली की साधकाने आपले ॐकाराच्या चित्रावरील लक्ष काढून ते आपल्या नाभिस्थानी, तसाच ॐकार आहे असे समजून त्यावर, ते केंद्रित करावे. मात्र ह्या वेळी हा ॐकार स्थाठिकाणी प्रत्यक्ष काढला असून तो आपण पाहता आहीत अशा तऱ्हेने पाहण्याचा प्रयत्न करावा. अर्थात नाभिकमलात लिहिलेला ॐ चर्मचक्षूंना दिसणार नाही म्हणून साधकाने आपले डोळे मिटून तो पाहण्याचा प्रयत्न करावा. त्याच वेळी कंडाने चाललेला जप अधिक सूक्ष्म कसा होईल याकडेही त्याने लक्ष द्यावे. हळू हळू संवय होईल. साधकाने घाई करू नये. या गोष्टी जितक्या सहजपणे होतील तितक्या त्या चांगल्या. पुढे पुढे नाभिकमलाकडून हृदयाकडे यावे. त्या ठिकाणी मनोनिमित्त भागव्या ॐकाराची प्रतिष्ठापना करावी. जपही कंडातून हृदयाकडे आणावयाचा प्रयत्न करावा. स्थाठिकाणी पश्यंती नावाची बाणी आहे. मध्यमा बाणीनेत्या या बाणीचे तेज अधिक तीव्र आहे. नाद आणि दृष्टी या ठिकाणी एकत्र होऊन, साधकाला या ठिकाणाचा जपनाद उत्तम प्रकारे ऐकू येतो. परंतु अन्य साधकाना मात्र तो जाणवत नाही. ॐकार उपासनेच्या वाचनात ही महत्त्वाची बाणी आहे. या कृतीप्रमाणे एकदा ॐकार चर्मचक्षूमध्ये ठमला की मन आणि दृष्टी दोन्हीही स्थिर होऊ लागतात. या स्थिरतेचा अर्थ संपन्नता या घडला की समोर ॐकाराचे चित्र नसताना देखील मन एकाग्र होत. यथार्थ.

या अवस्थेचा प्रत्यय आला की साधकाने हा दृष्टीत ठसलेला ॐकार आकाशात पाहण्याचा प्रयत्न करावा. दिवसा आणि रात्री देखील आकाशात आपली नजर याच ॐकाराच्या कल्पनेने पूर्ण स्थिर करण्याचा प्रयत्न करावा. अर्थात हा ॐकार जितका मोठा पाहता येईल तितका मोठा पाहण्याचा प्रयत्न करावा. कारण आकाश ही एकच पार्श्वभूमी असो आहे की ॐकाराचा कितीही विशाल आकार त्यामध्ये मनाने साकार करता येतो ही विशालता एकदम अनुभविता येत नाही. बाज जो आकार प्रस्थापित वेला असेल त्यापेक्षा उद्याचा आकार अधिक विस्तृत करावा. एकदा आकार

प्रस्थापित होवू लागला की त्या आकाराकडे साधकाने आपले लक्ष केंद्रित करावे. कित्येक वेळी असे लक्ष केंद्रित झाले की त्या अकाराच्या आकारमानात सुद्धा बदल होत जातो. हा बदल आपोआप होतो. असा बदल होताच त्या अकाराचा आकार प्रारंभी पांढऱ्या आणि नंतर सोनेरी कडांनी युक्त असल्याप्रमाणे दिसतो. दिवसा हे दोन्ही वर्ण चांगल्या प्रकारे जाणवतात, परंतु रात्रीच्या वेळी मात्र चंद्राच्या तेजाच्या वैभवांत हा वर्ण अधिक गोंचर होतो. कित्येक वेळी वीज चमकावी पण तिचा नाद ऐकू येवू नये त्याप्रमाणे एकदम एखादा आकार चमकून जातो. त्या तेजाचे ग्रहण आपल्या चमचकूनी साधकांनी करावे. कदाचित आपणास डोळे दिपल्याप्रमाणे भास होईल परंतु या प्रारंभीच्या अवस्थेत त्याकडे फारसे लक्ष देऊ नये किंवा मुद्दाम दुर्लक्ष देखील करू नये. साधारण सरावाने तेजोमय असा अकाराचा फार विशाल आकार साधकाच्या अनुभवास येईल. ज्या मानाने अकाराच्या चित्रावर लक्ष केंद्रित करण्याचे साधकाला साधेल त्याप्रमाणात या मनोरस दृश्याची प्रचिती अधिक काळपर्यंत आणि अधिक तीव्रतेने त्याला येत राहील. या अवस्थेत साधकाची दशा मोठी उत्साही बनते. 'यापुढे काय' या जाणिवेने त्याचे अंतर भरून जाते. काही काळ त्याला स्वतःचाही विचार पडतो. पहिली आणि दुसरी या दोन पायऱ्या साधकाने साधल्या की त्या पुढील पायरीवर त्या साधकाला सहजपणे मारुड होता येते.

आकाशातील अत्यंत विशाल अकाराच्या दर्शनाची संवय लागली की त्याचा उपयोग साधकाने स्वतःच्या देहाच्या बाबतीत करावयास प्रारंभ करील. ज्याप्रमाणे अत्यंत विशाल अकार अनुभविला त्याचप्रमाणे त्या आकाराचे अत्यंत सूक्ष्म स्वरूप देखील साधकाने जाणणे अपत्याचे ठरेल. पुढच्या पायऱ्या म्हणजे हा अकार आपल्या बारीरांत आहे त्याचे यथार्थ ध्यान करणे अकार हा नाभी, हृदय किंवा भ्रूमध्ये रेंवलेला आहे. तो आपण आपल्यामध्ये पाहण्याचा प्रयत्न करावा. या क्रियेला साधकाला फारसा अवधी लागत नाही. अकाराचा उच्चार आणि ध्यान बरोबर करावे. त्यांपैकी नाभीकमलावर असलेल्या अकारावर लक्ष केंद्रित करून न्हेस्व, हृदयामध्ये स्थिर करून दीर्घ आणि भ्रूमध्यामध्ये स्थिर करून लक्ष उच्चार करावा. त्याबरोबरच नाभीमध्ये स्थूल, हृदयात

होते. पण त्या मोनाचा भंग करून तिने दुर्गोघनाकडे पाहतांच तो वज्ररे
 क्षाला. ज्या भागाचे दर्शन तिला झाले, नाही तोच भाग केवळ कोम
 राहिला आणि त्यामुळेच दुर्गोघनाचा घात ओढवला. असाच कांहीसा प्रकार
 गोरक्षनाथांच्या बाबतीत घडला. त्यांनी आपल्या उजव्या हाताला मोना
 बद्ध केले होते. बारा वर्षे त्यांनी याप्रमाणे आचरण केले. एके दिवशी एक
 मार्गावरून जाताना मध्ये राजाची स्वारी दिसली. परंतु उजव्या हाता
 मोनव्रत चालू असल्याने त्यांनी राजाला नमस्कार केला नाही. राजाला तो
 अपमान वाटला. त्याने आपल्या सेवकांना त्यांना धरून आणावयास
 सांगितले. गोरक्षनाथ येताच राजाने आपला असा अनादर करण्याचे
 कारण विचारले. पण गोरक्ष काहीच बोलले नाहीत. अखेर राजाने शिक्षा
 फर्माविली. गोरक्षांचा उजवा हात तोडून टाकावा ही ती शिक्षा. एका सेव
 काने तरवारीच्या एका धावांत त्यांचा हात घडापासून वेगळा केला. हात
 वेगळा होताच गोरक्षांनी विचारले 'महाराज शिक्षा संपली का ?' राजाने
 होय म्हणताच गोरक्षांनी आपल्या हाताचा तुटलेला तुकडा उचलला. तुट
 लेल्या हाताला लावला. त्याबरोबर तो जोडला गेला. हा चमत्कार पाहून
 राजाने त्याचे पाय धरले. या गोष्टीतला अग्न भाग जरी वाजूला गेला तरी
 भवयक्षांच्या किंवा इंद्रियांच्या मोनाचे सामर्थ्य केवढे प्रचंड असते ते रक्षात
 येईल या सर्व इंद्रियांच्या मागे मनाच्या सामर्थ्याचा अढळ असा असतो
 म्हणून ती इंद्रिये कार्यक्षम असतात. त्यांच्या मागचा हा मोन वाढून घेतला
 ती त्या इंद्रियांचे मोन आपोआप होते. त्याप्रमाणे मन म्हणजे 'अयन
 भावी इंद्रिय आहे. त्या इंद्रियांचे मोन साधले तर त्याला सधन यक्षावर
 ता चालविता येईल. मनाला अशा प्रकारे विश्वांनी लाभावी म्हणून अनेक
 मार्ग सांगितले आहेत. त्यांपैकी अकाराची उपासना हा अत्यंत सोपा
 आणि कोणालाही थोड्या प्रयत्नाने आपलासा करता येईल असा प्रभावी
 मार्ग आहे.

अशा या विसावलेल्या आणि सामर्थ्यसंपन्न मनाला कोणताही अडथळा
 हात नाही. साधकाच्या या अवस्थेत त्याला या विश्वातल्या कोणत्याही
 शक्तीमध्ये प्रवेश करता येतो. त्या पदार्थांमध्ये असलेल्या अनेक सुप्त आणि गूढ
 शक्ती त्याला आकलन होते. त्याचा परिणाम अशा साधकाच्या शरीरावर रसुद्धा

जोळ लागतो. निरनिशाल्या वनस्पतीची केवळ आठवण केली तरी त्यामध्ये
 अस्पर्शारे रस साधकाच्या उदरी झाडविले जातात. अशाच्या सेवनाने जे कार्य
 म्हायचे ते केवळ स्मरणाने घडते. तहान लागली असता केवळ पाण्याच्या
 स्मृतीने त्याची तहान धमते. असे एक दोन नव्हे असंख्य अनुभव त्याला
 केवळ स्मरणाने येऊ लागतात. अशा आशयाचे एक उत्तम उदाहरण स्वामी
 योगानंद यांनी आपल्या Autobiography of a Yogi या जगप्रसिद्ध पुस्त-
 कांत मुहाम नमूद केले आहे. जी युवती गिरीबाला व्यत्यंत खादाड म्हणून
 प्रसिद्ध होती ती अनेक वर्षे काहीही सेवन न करता राहू शकते ही सामान्य
 बाब नव्हे. * लेखकाला ज्या हिमालय निवासी साधूने या अकाराचे काही
 ज्ञान दिले तो साधू देखील जेवत नसे, पाणी पीत नसे. त्याचा कार्यक्रम ठरलेला
 होता. सकाळी आपले सर्व आन्विक संपवून तो सूर्याकडे पाहात वसे, संध्या-
 काळ होऊन सूर्य अस्तास गेला म्हणजे स्वस्थ झोपत असे. त्याचा हा सर्व
 कार्यक्रम पाहून मी आश्चर्याने त्याला विचारले असता त्याने मोठे मामिक
 उत्तर दिले. तो म्हणाला सूर्य हा जगाचे अखिष्टान आहे. त्याच्याकडे पाह-
 त्याने त्या रसाधिपतीजवळ जे रस आहेत ते सर्व रस तो साधकाला केवळ
 त्या रसांच्या स्मृतीने पुरवितो. त्या रसांची शरीरांत ज्या ठिकाणी आवश्यक-
 कता आहे, त्या ठिकाणी त्या त्या रसांची प्रतिष्ठापना करण्याचे कार्य सूर्य
 आपोआप करतो. त्याचे उत्तर ऐकून कांसव दृष्टीची आठवण झाली. केवळ
 स्नेहपूर्ण दृष्टीने कासवीने आपल्या पिलांकडे पाहिले की निच्या पिलांचे
 पोषण होते तर मासा आपल्या पिलांचे पोषण पिलांस्थान स्मृतीने करतो.
 अशा अवस्थेचे वर्णन करतांना ज्ञानेश म्हणतात

लुधा काय जाहली । निद्रा केऊती गेली ।

ते आठवणही हारपली । न विसं वेग ॥ ६-२११

याचा अर्थच हा की असा साधक इतका व्यापक ज्ञानाची निराळे
 असे त्याच्यासाठी काही शिल्लक उरत नाही.

अवघे विडवचि माझे घर । ऐसी मती जयाची स्थिर ।

किंबहुना शराशर । आपण पै जाहला ॥ १२-२१३

* योगीक्यामृत प्रकरण ४६ - 'निराहारी योगिनी' हे वाहावे.

प्रथम सर्व विश्व म्हणजे माझे घर आहे असे म्हणणारा सा-
स्वतःच सर्व चराचर बनतो तेव्हा या विशालतेची परिसीमा होते.

या सर्व क्रियांमध्ये प्रत्येक अनुभव पचनी पडणे हा अतिशय महत्त्वाचा

भाग आहे. कारण अकाराच्या अल्पशा उपासनेने देखील साधकाला अनुभ-
वेक लागतात. त्यामुळे कित्येक वेळी साधक त्याच अनुभवावर स्थिर होतो
किंवा त्याची उपासना तेथेच थांबते ती कधीही थांबणार नाही. या
साधकाने लक्ष देणे अत्यंत जरूरीचे आहे. या साधनेत येणारे अनुभव थोड्या
फार फरकाने सदांच एकच आहेत. त्यातले काही अनुभव साधकाला स्फ-
देणारे असतात तर काही साधकाला अडथळा करणारेही असतात. त्यामुळे
अकाराच्या साधकाने आपल्या दैनंदिन कार्यक्रमाची आणि कार्याची व्यवस्था
स्थित नोंद ठेवावी. स्थायोगे साधकाला आपला प्रवास कसा काय चालू आहे
याचे ज्ञान आपोआप होईल. अर्ण्याच्या मार्गदर्शनाशिवाय सुद्धा त्याला
आपल्या उपासनेची अवस्था काही प्रमाणात अजमावता येईल.

अगदी प्रारंभिक अवस्थेत साधकाने आपल्या उच्चारकाडे लक्ष पुर-
वावे. होता होता तो उच्चार व्यवस्थितपणे होऊ लागतो. अर्थातच उच्चार
बरोबर होतो किंवा नाही हे साधकाला यमजपे पाहिजे. अकाराचा उच्चार
केव्हाबरोबर शरीरातील प्रत्येक तंतू कंपित होतो. सगळे ज्ञानतंतू असो,
स्नायू असो किंवा रक्तवाहिनी असो. त्यांना कर आपण झाला की सर्वत्र शरीर
कंपित होते. मुरवातील सर्वत्र कंपने माधुर्याच्या उपासनेवर नाहीत. परंतु
त्याने हा उच्चार जर कंडाने केला अनेक, आणि तो योगीय अनेक तर अगदी
स्पष्ट अशी कंपने छातीच्या भागात त्याला अनुभवाला येतात. साधकाने
आपल्या छातीच्या उजव्या भागावर हात ठेवून अकाराचा उच्चार करावा.
जर त्या ठिकाणी हाताला स्पंदने जाणवली तर तो उच्चार अगदी बरोबर
झाला असे समजावे. त्याप्रमाणे उच्चार करणाऱ्या सवय वाढवीन जावे.
हळू हळू ही स्पंदने शरीराच्या आतील भागात देखील निर्माण होतात अस-
ल्याचे अनुभवास येईल. ही सर्व स्पंदने अनुभविण्यासाठी साधकाने अधिक
पूक्ष्म बनण्याचा प्रयत्न केला पाहिजे. एखाद्या दिवसात हे जमेल असे मुळीच
नाही. कदाचित प्रथमतः कंडातून अकाराचा उच्चार करणे जमणार नाही.

वेखरीने उच्चार झाला तरी चालेल. हळूहळू तो कंठाकडे जाईल. ॐकार हा स्वतःच मार्गदर्शक असल्याने साधकाला तोच मार्गदर्शन करतो. त्याच्या चुकांची दुरुस्ती आपोआप होऊ लागते आणि अशा साधकाला एका पायरीवरून पुढच्या पायरीवर जाणे सोपे जाते.

ॐकाराच्या अखंड जपाने शरीरातील एक एक अवयव शुद्ध होत जातो. जो अवयव बिघडलेला असेल त्या ठिकाणी या स्पंदनाची तीव्रता विशेष जाणवते. अर्थात काही काळानंतर ती जाणवत नाही. याचा अर्थ इतकाच की त्या अवयवामध्ये जी दृग्गता होती ती दूर झाली असून तो अवयव आता कार्यक्षम झाला आहे. ॐकार जपान्या या फायद्यामुळे शारीरिक स्वास्थ्य साधकाला प्राप्त होते. शारीरिक स्वास्थ्य प्राप्त झाले म्हणजे या देहाकडून चांगली उपासना घडते. शरीर शुद्ध होत गेले म्हणजे मागे सांगितल्याप्रमाणे प्रत्येक अवयवांची शक्ती वाढत जाते. अवयवांना असणाऱ्या मर्यादा हळूहळू रंदावत जातात. एखाद्या साधकाला केवळ आपल्याच खोलीत चाललेले बोलणे ऐकू येत असे तर काही काळाने त्याचे कान तीक्ष्ण बनतात आणि त्याला लांबचे नाद देखील ऐकू येऊ लागतात. ज्या डोळ्यांना पूर्वी केवळ स्वतःच्या खोलीत असणाऱ्या वस्तूच स्पष्टपणे दिसत होत्या त्यांची मर्यादा वाढते आणि कांही अंतरावरचे दृश्य देखील तो आपल्या मिटल्या डोळ्यांनी पाहू शकतो. याप्रमाणे प्रत्येक अवयवांची स्थिती होत जाते. परंतु यावेळी साधकाला जाणीवपूर्वक दक्षता घेणे आवश्यक आहे. स्वतः शुद्ध बनत चालल्याने ज्या पदार्थ अथवा वस्तूंमध्ये असणारा मलीनपणा त्याला गोचर होऊ लागतो. साधकाच्या दृष्टीने ही फार चांगली गोष्ट असली तरी एखादे वेळी साधकालाही एक उत्तम सिद्धी आहे असे वाटण्याचा संभव आहे. असे वाटल्यास नित्य उपासनेचा वेग मंदावेल. प्रसंगी थांबेल देखील पण या सर्व गोष्टींकडे खऱ्या साधकाने पूर्ण दुर्लक्ष करावे. कारण अशा सहजपणे घडणाऱ्या गोष्टीवर त्याने आपले लक्ष केंद्रित करण्याचा प्रयत्न जर केला तर त्याला पुढे जातांच येणार नाही. चांगल्या शब्दांत सांगायचे म्हणजे या सर्व गोष्टी उपासनेच्या दृष्टीने विचार करता एक प्रकारचा अडथळा आहे. या सर्व गोष्टी पचनी कशा पडतील याचा प्रयत्न साधकाने सतत करावा.

या प्रयत्नांतील एक प्रमुख भाग म्हणजे साधकाने स्वतःला असा
तऱ्हेचे जे अनुभव येतील त्यांचा उच्चरार त्यातील जात्या पुरुषाव्यतिरिक्त
कोठेही करू नये. आपण जी उपासना करतो ती वास्तीत जास्त गुप्त कधी
राहील ते साधकाने पहिले पाहिजे. अन्यथा त्या साधनेला फळ प्राप्त होणार
नाही. एखादा चांगला शेतकरी ज्याप्रमाणे करतो त्याप्रमाणे आचरण करून
आपल्या पदरी अधिकाधिक फळ पडेल असे पाहावे. पावसाळ्याच्या प्रारंभी
शेतकरी आपले शेत नांगरतो. त्यात मनाप्रमाणे वाफे तयार करतो. त्यास
बी पेरतो आणि त्या बियांवर जवळची माती लोटून तो ते बी जमिनीत
झाकून टाकतो. पुढे त्या मातीवर पावसाचे पाणी पडते. त्यातून बिगळत
लागणारे पाणी बी घेते आणि स्वतः अंकुरते. काही दिवसांनी त्यातून
चांगल्या दाणेदार कणसांची निपज होते. तोपर्यंत शेतकरी अगदी स्वस्थ
असतो. त्याच्या कृतीचे फळ त्याच्या पदरी पडते. पण जर त्या शेतकऱ्याने
बी पेरल्यावर ते मातीने झाकून टाकले नाही तर त्या शेताच्या आसपास
सगळ्यांना किडे-कोटक किंवा पक्षी ते बी खाऊन टाकतील आणि मग त्यातून
काहीही उत्पन्न होणार नाही. हा दाखला ज्ञानेशांनी देऊन साधकांना चांगले
गर्गदर्शन केले आहे.

ना ना कृपिवद्ध आपुलें । पांघूरवी पेरिलें ।

संसे झांकी निपजलें । दानपुण्य ॥ ज्ञाने. १३.६०६

त्याप्रमाणे प्रत्येक साधकाने आपली उपासना पचवून टाकावी किंवा
कून टाकावी म्हणजे ती फलद्रूप होईल. अन्यथा त्या उपासनेने प्राप्त
केले पावित्र्य अन्य लोक घेऊन जातील; आणि साधक पुन्हा पहिल्या-
ने कोरडाच राहील. उपासनेच्या मार्गात विलोभने फार आहेत. साध-
जरा जरी त्याकडे लक्ष दिले किंवा लक्ष देण्याचा प्रयत्न केला तरी ती
साधकावर आपला अंमल चालवू लागतील. साधकाची साधकावस्था
होत जाईल आणि अखेर तो सामान्य माणसांपेक्षा सुद्धा कमी दर्जाचा
या सर्व गोष्टी इतक्या विस्ताराने लिहिण्याचे कारण एकच की साध-
आपण उपासक आहोत याची जाणीव नित्य ताजी ठेवावी आणि
ते उपासना-कृती खंडित होऊ देऊ नये.





6 :

पञ्चाङ्गकार

[illegible]

संपून गेला असे त्याच्या अनुभवास येईल. त्या दहा मिनिटांत त्याची तृप्ती होणार नाही म्हणून आपोआप त्याचा उपासनेचा वेळ वाढत जाईल. साधकाच्या मनाच्या तीव्रतेवर हा वेळ वाढत जाईल. भागच्या प्रकरणात सांगितल्याप्रमाणे त्या वाढत्या वेळाचे ओझे वाटणार नाही. अगदी सहजपणे ही त्याची उपासना चालू राहील. ज्याप्रमाणे या उपासनेची तीव्रता वाढत जाईल त्याप्रमाणे आतील स्पंदनाचे प्रमाण सुद्धा वाढत जाईल. ॐकार किमयाच्या पहिल्या भागात ही स्पंदने कोणत्या ठिकाणी जाणवतात त्याचा उल्लेख केला आहे. अर्थात ती सर्व स्पंदने स्थूल स्वरूपाची आहेत. या सर्व स्पंदनाचे तीन भाग होतात. पहिली स्थूल, दुसरी सूक्ष्म आणि तिसरी अतिसूक्ष्म असतात. या सर्व स्पंदनांचा अनुभव साधकाला येऊ लागतो.

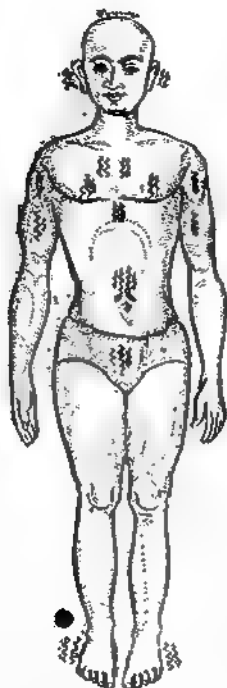
१. स्पंदनानुभव

(१) स्थूल वधने :- शरीराच्या ज्या भागात ही स्पंदने अनुभवाला येतात ती २४ स्थळे अशी आहेत :

पायांचे आंगठे, घोंट्याच्या खालील खळगे, दोन कुक्षी, हातांच्या बोटांपैकी मधले बोट व आंगठा, कानाच्या पाठीमागील भाग, भ्रूमध्य, वक्षःस्थळ दोन्ही बाजू, टाळू, मणके आदी अत व मध्य, शिखास्थळ, कंठ, मुखाच्या आतील भाग व नाक.

ॐकाराचा उच्चार करून घरील ठिकाणी स्पर्श केला तर त्या ठिकाणी निर्माण होणारी स्पंदने सामान्य माणसाला थोड्या दिवसांतच जाणवू लागतात. एखाद्या मोठ्या नगराच्या एका बाजूला टिपरीने आघात केला की त्या नगराच्या कातडी पृष्ठभाग कंप पावतो. ज्या ठिकाणी टिपरीचा आघात केला, केवळ त्याच ठिकाणी ही कंपने निर्माण होतात असे नाही. एका आघाताबरोबर नगराच्या घर्मपृष्ठावर सर्वत्र ही स्पंदने निर्माण होतात. दुसऱ्या बाजूला हाताने स्पर्श केला तरी देखील ती स्पंदने आपल्या हाताला लागतात. त्याप्रमाणे ॐकाराच्या उच्चाराबरोबर ही स्पंदने वर नमूद केलेल्या ठिकाणी अधिक स्पष्टपणे जाणवतात. म्हणून या स्पंदनाना स्थूल स्पंदने असे नांव आहे.

२. सूक्ष्म स्पंदने



दोन्ही तळपाय, तळहात, लिंग, नाभी, कानाच्या आतील पडदे, मंत्र मणिक (३३), डोळ्यांच्या कडा, छाती व उदर यांच्या सीमारेषेवरील लळगा, दोन्ही स्तनां, दोन्ही बाहू मध्य

ही एकूण स्पंदनस्थळे बटुठेचालीस असून त्यांचा अनुभव त्या त्या अवयवानां मनाने स्पर्श केला असता लवकर येतो. याचाच अर्थ असा की, ॐकाराच्या उच्चारानंतर साधकाने त्या त्या स्थळांवर लक्ष दिले तर ती स्पंदने त्याचा जागवतील. अर्थात ही स्पंदने सूक्ष्म असल्याने यांचा अनुभव

प्याला बराच काळ जावा लागतो. ही सूक्ष्म स्पंदने सर्व एकाच वेळी अनुभवास येतील असे मुळीच नाही. हळू हळू एक एक भाग स्पंदपूर्ण अस-
णाचे किंवा होत असल्याचे जाणवेल. त्यासाठी स्वतंत्र प्रयत्नांची आव-
श्यकता नाही.

१. अतिसूक्ष्म स्पंदने

(१) डोळ्यांच्या आतील बुबुळे, (२) जिथेचे टोक, (३) हृदय,
(४) नाभी, (५) लिंग व गुदद्वार यांमधील शिवणी, (६) कृष्ण, (७)
गळाचा केंद्रबिंदू.



अशी ही नात्र अतिसूक्ष्म स्पंदनकेंद्रे आहेत. याठिकाणचे स्पंद त्वरेने
घन नाही. ही स्पंदने मनाच्या अतिशय सूक्ष्म अवस्थेतून स्पर्शित
होण्याची अनुभवाला येतात.

याप्रमाणे जरी त्याच्या सर्व भागांत ही स्पंदने अनुभवास येतात. साध-
अगती प्राथमिक अवस्थेत जरी या स्पंदनाकडे लक्ष पुरविले किंवा ते
ज्ञान त्याला आनंद वाटला तरी पुढे पुढे त्याचा तो आनंद मात्र
राहतो. स्पंदनाकडे त्याचे लक्ष कमी असते. अशाच अवस्थेत काही

काळ व्यतीत केला की साधकाला ही स्पंदने मूळीच जाणवणार नाही. याचा अर्थही स्पंदने निर्माण होत नाहीत असा नाही. ती सर्व साधकाच्या पचनी पडतात. आपण बसमधून चाललो की आपणास खूप धक्के बसत असतात. आपण काही लिहिण्याचा अगर वाचण्याचा प्रयत्न केला तर तो असफल ठरतो. परंतु बसचा बाह्यक मात्र तिकिते देत असता बरोबर आकडे पाहून त्यांना चिमट्याने छिद्रे पाडतो किंवा बसमध्ये उभे राहून तो लिहू देखील शकतो. जे धक्के आपणास बसतात तेच धक्के त्याला देखील बसत असतात. पण तो सर्व काही करू शकतो आणि आपण मात्र काहीही करू शकत नाही. याचे कारण एकच की सर्व प्रकारचे धक्के त्याने पचविलेले असतात आणि आपण ते पचविलेले नसतात. म्हणून हा फरक प्रामुख्याने जागवतो. त्याप्रमाणे ही सर्व स्पंदने साधकाच्या पचनी पडतात. अशा वेळी साधकाला असेही वाटण्याचा संभव असतो की, आपली उपासना कोठे तरी चुकत आहे. त्यामुळे साधक भांबावून जातो. पण साधकाने विचलित होण्याचे काहीही कारण नाही. ही अवस्था ज्याप्रमाणे निर्माण होते त्याप्रमाणे ती पचते. पचल्यावर ती पुन्हा जाणवत नाही. ही एक महत्त्वाची आणि प्रगत अवस्था आहे हे साधकाने नीट ध्यानात बाळगून आपल्या उपासनेमध्ये जराही खंड करू नये. ही अवस्था साक्षात्काराची प्रारंभिक अवस्था आहे.

२. वर्णदशानुभव

या स्पंदनाचा काळ संपत असतानाच अनेकविध रंग साधकाला गोचर होऊ लागतात. मानवी शरीरात सात प्रकारचे रंग भोचर होतात. ते सर्व वर्ण साधकाला साधनेत मिटल्या डोळ्यांना दिसतात. तसे पाहिले तर त्या सर्व रंगांना देखील जाणवू काही छटा आहेत. त्यांचाही परिचय साधकाला होत जातो. या सर्व छटांचे वर्णन ज्ञानेशांनी अतिशय उत्तम रीतीने केले आहे. भगवंतांनी अर्जुनाला जे विश्वरूप दाखविले त्याचे वर्णन करताना गीतेतील ' नानावर्णाकुतीनि च ।' या पद्यावर केलेले व्याख्यान पाहण्यासारखे आहे.

एके तातले साडेपंधरे । तेंसी कपिलवर्षे अपारे ।

एके सरागे जैते सेंबुरे । बंदरले नम ॥

एके सावित्राचि चुळुकी । जैसे ब्रह्मकटाह खचिलें भाणिकी ।

एके अरुणोदयासागिणी । कुंकुमवर्णें ॥

एके शुद्धस्फटिकसोज्ज्वलें । एके इंद्रनीलमुनिळें ।

एके अजनाचल सकाळे । रक्तवर्णें एके ॥

एके लसत्कांचनसम पिबळी । एके नवलजलवश्यामळी ।

एके चारेगोरी कोंवळी । हरिते एके ॥

एके सप्ततंत्रतांबरी । एके ध्वेतचंद्र चोखडी ।

ऐसी नानावर्णें रूपडी । देख जाती ॥ अ. ११.१२१-२९.

(१) यांतील पिबळ्या दर्णाचे जें दर्शन होते त्याच्या तीन छटा गेल्या आहेत. शुद्ध सोने, दागिने सरण्यामाठी एक ते तीन शतांश तांबे मळून तयार केलेले कांचन, मानवाच्याप्रमाणें पिबळा-चापे-गोरे या अगदी प्रारंभीच्या अवस्थेचे दर्शन. मानवी शरीरांत कातडीचा कांही, अस्थि, पित्तांश यांचा वर्ण पिबळा आहे.

(२) काळा वर्ण-यामध्ये कपिल व काजळ यांचा समावेश आहे. की कपिल म्हणजे घसर पांढरा आणि दुसरा काजळाप्रमाणे काळा दोन छटा आहेत. शरीरावर पांढरें केस आणि कातडीचा कांही अंश येतो या दोन्ही रंगाचा समावेश आहे.

(३) तांबडा-शेंदरी, भाणिकेच्या लाल, कुंकुमवर्ण, रक्तवर्ण, तापलेले तांबे अशा पांच छटा यांत यात आहे. त्यांत शेंदरी हा रंगाचा अंश, भाणिके हा हृदयाचा अंश, रक्तपेशीचा कुंकुमवर्ण, रक्ताचा रक्तवर्ण, नखे, जिह्वा, ओठ यांचा तांबड्या तांब्याप्रमाणे वर्ण हे शरीरांत होतात.

(४) निळा-इंद्रनील नांवाचे रंग, हा निळा वर्ण नीला-नावाच्या हिऱ्या आणि डोळ्यांची बुबुळे यामध्ये मिलतो.

(५) जामळा-नवमेघाप्रमाणे असणारा वर्ण. डोळे आणि केस समाविष्ट झालेला आहे.

(६) हिरवा—शरीरांत असणाऱ्या सर्व विषांचा रंग हिरवा आहे.

(७) पांढरा—स्फटिकाप्रमाणे पारदर्शक पांढरा, दुधाप्रमाणे पांढरा पोषिमेच्या चांदण्याप्रमाणे पांढरा अशा तीन छटा आहेत. स्फटिकाप्रमाणे पांढरा वर्ण डोळ्यांमध्ये, दुधाप्रमाणे पांढरे दात, आणि चांदण्याप्रमाणे स्वच्छ वीर्य या शरीरात आहे.

या सव वर्णांचे दर्शन साधकाला क्रमाक्रमाने होते. त्यांतल्या त्यात पिवळा, तांबडा, निळा आणि पांढरा यांचे दर्शन अधिक उत्तम तऱ्हेने जाणवते. अगदी प्रारंभिक अवस्थेत ह्या पिवळ्या रंगाच्या अनेक छटा दिसतात. बरेच दिवस त्या दिसत असतात. त्यानंतर तांबडा, निळा हे वर्ण दिसू लागतात. सुखातीस हे वर्ण सर्वत्र पसरल्याचे जाणवेल. परंतु हळूहळू त्यांच्या सीमा संकुचित होऊन होत निळ्या वर्णाचा केवळ एक बिंदू मात्र दिसत राहतो. कित्येक वेळी या एका बिंदूमधून तसेच अनेक बिंदू निर्माण होत असल्याचे आणि नाहीसे होत असल्याचे दिसत राहिल. हा देखावा मनाला आनंद देणारा असतो. घराच काळपर्यंत तो आनंद टिकतो. त्यामुळे साधकाच्या उपासनेला विशेष गती प्राप्त होते. अधिक काळ याच तऱ्हेच्या उपासना—आनंदात वालवावा असे त्याला नित्य वाटत राहते. एका परीने ही अवस्था चांगली आहे. याच तऱ्हेने पुढे प्रगती करीत राहिल्यास हे सर्व रंग नाहीसे होताना आणि केवळ दुधासारखा पांढरा वर्ण प्रत्ययाला येतो. काही दिवसांनी सूर्यप्रकाशासारखा दीप्तिमान वर्ण दिसतो. ही साधकाची चांगली अवस्था आहे. या वर्णामध्ये कित्येक वेळी अन्य साक्षिण्यात असणाऱ्या वस्तूचे देखील दर्शन घडते. कारण त्या सर्व वस्तूंचे वर्ण भिन्न प्रकारचे असल्याने या पांढऱ्या दीप्तिमान पार्श्वभूमीमुळे त्यांचे अस्तित्व प्रकटते. कितीही दूरच्या वस्तू त्याला समोर पाहिल्याप्रमाणे दिसू लागतात. इतकेच नव्हे, त्या वस्तूंची हालचाल देखील स्पष्टपणे दिसू शकते. सभजा पुण्याच्या एखाद्या साधकाने केवळ मनाने आपल्या मुंबईच्या एखाद्या नातेवाईकाच्या घरात प्रवेश केला तर त्या ठिकाणी वावरणारी माणसे काय करीत आहेत, त्यांनी कोणते वेश धारण केले आहेत, याचे स्पष्ट चित्र नजरेस येऊ शकते. परंतु साधकाने याच वेळी सावध व्हावे, कारण दूरदर्शन हा एक सिद्धीचा

प्रकार आहे. साधकाने या विविध दृश्यांकडे लक्ष पुरविले की, तो त्याच ठिकाणी थांबतो. त्याच्या पुढील उपासनेला गती प्राप्त होत नाही. इतकेच नव्हे तर या सिद्धीचा उपयोग करण्याची जर त्याला लहोर आली तर मात्र त्याने त्यापासून परावृत्त व्हावे. अन्यथा हे दृश्य साधकाला अधोगतीला आणल्याबिना राहणार नाही. केवळ स्वतःच्या उपासनेसाठी मात्र याचा उपयोग जरूर करावा. अशा योगे दिसणाऱ्या दृश्यांत समजा, साधकाचे नेत्र पंढरीच्या पांडुरंगावर स्थितले तर त्याचा फायदा त्याला निश्चितपणे होईल. पण पंढरीच्या ऐवजी तो साधक पांडुरंगाच्या अवतीभवती असलेल्या पसऱ्यात सापडला तर मात्र त्याचे अगणित नुकसान होईल. म्हणून या स्थितीमध्ये असणाऱ्या साधकांनी अत्यंत दक्षतेने वागावे. किंवा वर उल्लेख केल्याप्रमाणे दीप्तिमान पांढरा वर्ण दिसणे म्हणजे धोक्याचा कंदील समोर आहे असे समजून साधकाने आपली पावले जपून टाकावीत.

३. नादानुभव

प्रकाश-अनुभव देत असतानाच अनेक नादांचा देखील अनुभव येऊ लागतो. हे नाद प्रारंभी कानामध्ये होऊ लागतात. फारसा प्रयत्न न करता मुद्रा या नादांचा उद्भव करता होतो हे पाहिल्याचे असेल तर त्याने आपल्या हातांचे आंगठे दोन्ही कर्णरंध्रांत घट्टपणे घालावेत, डोळे मिटून त्यावर आपल्या करांगुल्या ठेवाव्या आणि डोळ्यांवर किंचित दाब द्यावा. त्याचप्रमाणे कानातील आंगठे देखील किंचित आत दाबलेवेत. असे करताच एखादा रव डोंगराच्या खडकाळ रस्त्याने वेगाने चालताना असा नाद होतो त्याप्रमाणे साधकाला नाद ऐकू येऊ लागेल.

हृदयांगामध्ये पाण्मुखी नावाची एक मुद्रा सांगितली आहे. ती देखील अशाच प्रकारची आहे. दोन्ही खांदे व वाहू किंचित वर उचलल्यासारखे करावे. कानात दोन्ही आंगठे घालावेत. तर्जनी म्हणजे आंगठ्याजवळचे बोट भेटलेल्या डोळ्यांच्या पापण्यावर ठेवून त्यावर किंचित दाब द्यावा. मधले बोट आणि अनामिका नाकावर आणि करांगुली ओठावर ठेवून मस्तकात

होणाऱ्या नादाकडे लक्ष द्यावे. बरीलप्रमाणे रचयतीचा नादच ऐकू येईल. पण त्याचे स्वरूप जरा तीव्र असेल. काही थोडा प्रयत्न करून या नादाचा अनुभव घेण्यास हरकत नाही. परंतु हा अनुभव फार काळ घेण्याचा प्रयत्न केल्यास मात्र डोळे आणि कपाळ दुखू लागते. त्यामध्ये अधिक प्रयत्नी करावयाची असेल तर चांगल्या माहीतगार माणसाच्या मार्गदर्शनाखाली हा अभ्यास करावा. परंतु रोज अत्यल्प प्रमाणात हा अभ्यास केल्यास त्याने नुकसान होणार नाही. हा नाद जरी ऐकता आला तरी त्याकडे फारसे लक्ष द्यावे असे मात्र नाही. त्यापेक्षा या नादाच्या पोटात जे सूक्ष्म नाद आहेत ते ऐकण्याचा माध्यकाने प्रयत्न करावा. या सूक्ष्मनादामध्ये आणखी सूक्ष्मनाद आहेत. हंसोपनिषद् आणि मैत्रायणीय उपनिषद् या दोन उपनिषदांमध्ये या नादांची उत्कृष्ट अशी चर्चा करण्यात आली आहे. त्यात हंसोपनिषदात दहा आणि मैत्रायणीमध्ये सात नादांचा उल्लेख आहे. हे नाद खालीलप्रमाणे वर्णिले आहेत.

क्रमांक	हंसोपनिषद्	मैत्रायणीयोपनिषद्
१	विण् विण्	रथचक्रांची घरघर
२	किकिणी (नारीक घंटा)	बेडकाचे ओरडणे
३	घंटा	नदीचा पूर प्रवाह
४	शंख	घंटा
५	वीणा	कांस्यपात्राचा नाद
६	ताल	पावसाच्या सरीचा नाद
७	वेणू (सनई)	गुंजारब (झमर)
८	नमारा	
९	मृदंग (झमरनाद)	
१०	मेघगर्जना	

या सर्व नादांचे वर्णन अन्य ग्रंथांनी देखील केलेले आहे. या सर्वांचा विचार करता आणि या नादांमधील सर्व छटा लक्षात घेता अधिक चांगला

नादः कार कोणता याचा विचार अवश्य करावा लागेल. मंत्रायणीयोपनिषदात दिलेल्या नादांना स्पष्टतेची जरूरी नाही. ते सर्व व्यवस्थितपणे समजण्या-जोगे आहेत. परंतु हसोपनिषदांतील नादांना मात्र किंचित स्पष्टीकरणाची आवश्यकता आहे.

१. चिण-चिग्-हा नाद म्हणजे चंड तव्यावरून जोरात आणि वेगाने जर उलयते फिरविले तर जो नाद होईल तो नाद. हा नाद अत्यंत अल्प अंतराणे पुन्हा पुन्हा केला असता प्रत्यक्ष आघाताचा नाद नाहीसा झाल्या-वर जो नाद राहतो तो नाद या ठिकाणी जाणावा.

२. किंकिणी-एखाद्या अपत्यवान बाईने पायात बारीक घुंगुराच्या साखळ्या धारण केल्या आहेत. डोक्यावर पाण्याचा घट असून ती वेगाने घालली असता त्या अत्यंत बारीक घटांचा जो किण् किण् असा नाद होतो तो नाद या ठिकाणी अभिप्रेत समजावा.

३. घटा-देवाळ्यात ज्या घंटा असतात त्यांचा एक विशिष्ट गतीने केलेला नाद. हा नाद पहाटेच्या वेळी साधारण ४ ते ५ व्या दरम्यान केलेला आणि साधक तो शंभर हातावरून ऐकताना असा येईल त्याप्रमाणे हा नाद येतो.

४. शंख-शंखाली किंवा संझ्याकाली शिवमंदिरात शंख वाजविला असता असा नाद येतो त्याप्रमाणे या नादाचे स्वरूप आहे.

५. वीणा-ही वीणाचा चार तारा आहेत अशा या तारा समंजसपणे छेडल्या असताना नाद निर्माण होतो. या नादाला वरच्या पट्टीत गोचर होत जाणाऱ्या नादाचे नाव आहे. त्या सर्व नादलहरी ऐकू येतात.

६. तवळ-तवळा करताळ-म्हणजे टाळी यांचा विशिष्ट लयीमध्ये होणारा नाद.

७. वेणू-ही वावूची असते नाई रानातून येताना अगर अगदी पहाटे रानात जाताना वाजविला जाणारा वेणू हा नाद निर्माण करतो.

८. नगारा-नगाऱ्यावर टिपरी आपटताना जो नाद होतो त्यानंतर किंचित कालाने होणारा नाद या ठिकाणी ग्राह्य धरण्यात आला आहे.

१. ~~मृदंग विनायक~~ मृदंग - मृदंगावर थाप मारल्यावर - त्याचा मोठा आवाज निर्माण होऊन तो सूक्ष्म होत जातो. तीच त्यामध्ये दुसऱ्या थापेचा नाद मिसळतो. त्यामुळे वादनाची नादाची अखण्डता या ठिकाणी अनुभविता येते.

१०. मेघगर्जना-वर्षाऋतूच्या प्रारंभी जलपूर्ण मेघ वर्षाव करण्याच्या अवस्थेत असता त्यांची जी गर्जना होते त्याप्रमाणे ह्या गर्जनेचा नाद ऐकू येतो.

हसोपनिषदाने या नादाच्या जावतीत एक कोटी जपाची मर्यादा कथन केली आहे.

‘स एव जपकोटया नारदमुच्यते । एवं सर्वं हंसवशात्प्राप्तं वदन्विप्रो
भवति ।’

चिणिति प्रथमः । चिञ्जिणीति द्वितीयाः ।

घण्टानावस्तलीयाः । शङ्खनावस्तलीयाः ।

पञ्चमसंघीनादः । षष्ठस्तालनादः ।

सप्तमो वेणुनाहः । अष्टमो मृदङ्गनाहः ।

सप्तमो भरीनादः । दशमो मेघनादः ॥'

मंत्रायण्युपनिषदात् हे सर्वं नाद कसे ऐकू येतात त्याचे वर्णन असे दिले आहे.

अन्यथा परे शब्दवादिनः । श्रवणङ्गुष्ठयोगेनान्तहृदयाकाश-
शब्दमाकर्णयन्ति ।

सप्तविधेय तस्योपमा ॥

यथा नद्यः किङ्किणी कास्यसककमेकविः कुन्विका वृष्टिनिर्वाति ॥

प्रभू रामचद्रांनी माहतीला जी गीता सांगितली त्या गीतेच्या पध-
राव्या अध्यायात देखील या नादाचे स्वरूप सांगताना प्रभू सांगतात—

उक्ततात्मभावतः पूर्वं पश्चात्तु विविधाः कथे ।

अभिष्यज्यन्त एतस्य नावास्तस्मिद्विसूचकः ॥

मदङ्गनादवत् घष्टानादवन्नेषानादवत् ।

धीणानिनादवत् शंसनादवेत्तेष्यतेकथा ॥ २१ ॥

उदासीनस्ततो भूत्वा सदाभ्यासेन संयमी ।

उन्मनीकारकं सद्यो नादमेवावधारयेत् ॥ ४०

निःशब्दं तत्परं ब्रह्म परमात्मा समीयते ।

नादो यावन्मनस्तावन्नादान्तेऽपि मनोमनो ॥ ४८

या अवस्थेमध्ये साधकाला अन्य सर्व जगाचा विसर पडतो. त्याला फक्त अथाग प्रकाशाचे दर्शन होते. त्यामध्ये कोणत्याही छटा नसतात. वर उत्प्रेक्ष्य केलेले सर्व नाद मनामध्ये लय पावतात आणि मन या प्रकाशमय अवस्थेने लीन होते. ही सर्वश्रेष्ठ अवस्था होय. साधक एकदा या अवस्थेला पोहोचला की त्याच्या इच्छेप्रमाणे देवदर्शन घडतात. कारण त्याचे मनच इतके विस्माल झालेले असते की त्याला त्या विस्मालतेतून देवाच्या कोणत्याही स्वरूपाचे दर्शन सहज घेता येते. ही सर्व दर्शने अत्यंत दीप्तिमान असतात.

दृष्टिः स्थिरा यस्य विनासदृश्यम् ।

वायुः स्थिरो यस्य विनाप्रयत्नम् ॥

चित्तं स्थिरं यस्य विनाबलम्बम् ।

र. ब्रह्मतारास्तरमावक्यम् ॥ ध्यामविमूढनिवृत्त ५६

योगी ही नम्रवृत्ता साधकाला सहजपणे साध्य करता येते. अकाराचा उच्चारण भक्ती आहे. परंतु योगाने जे साध्य होते ते अशा प्रकारच्या मधुनवि निमील प्राप्त होते. योगाचा मार्ग अतिशय मूढ असून त्यामध्ये अक्षर-पर्यंत मार्गाचा मार्गदर्शनाची आवश्यकता असते. परंतु अकाराच्या भक्ती-मध्ये तो अक्षरच स्वतः मार्गदर्शक बनून साधकाला योग्य मार्गाने नेतो. त्यामुळे योगी जे अनेकविध धोके आहेत ते यामध्ये साधकाला जाणवत नाहीत. त्याची जीवनात सुद्धा या अकाराच्या माध्यमातून उत्कृष्ट अशा अवस्थेमध्ये पोहोचता येते.

जानेवर महाराज स्वतः योगी होते. त्यांना योगाची सर्व महती पटलेली होती इतके असतानामुद्धा ते योगाच्या कठीणतेबद्दल साधकांना नेहमी सांगत करतात. भक्तीच्या मार्गे जाण्याचा सांसारिकांना आपण करतात.

म्हणान पागाचिया वाटा । जें निजाले या सुमटा ।

तयां दुखाचाचि वाटा । भायां आला ॥

किवा

योगयागविधेयेणे नोहे सिद्धि ।

तयांचि उपाधी । वंभधर्म ॥

असे म्हणून ते आपले मत स्पष्टपणे मांडतात. परंतु केवळ एका प्रणवाच्या उपासनेमध्ये योगाने प्राप्त होणाऱ्या सर्व अवस्था दुःखानिर्लेपपणे साधतात. याबाबत देखील ते आपल्या एका अभ्यास अनुभवसिद्ध बोल बोलतात.

नयनाचे अजन मनाचे रजन । ठसा हा सधन बाईयांनो ॥

ॐकार अक्षर अक्षरी हारणे । अनुभवाच्या मागे भोजूं बापा ॥

बिन्दूचे जें मूळ प्रणवाचे फळ । योगियांचे खेळ तेच ठायी ॥

ज्ञानदेव म्हणे निवृत्तिप्रसादे । स्वरूपाच्या बिनोदे बोलिलें हे ॥ ३७१.

प्रकार उकार सकार ॐकार । प्रणव हा साकार सुरेल रे ॥

सुसामात्र सार योगी ध्याती देही । निरंजन पाही ब्रह्म तेचि ॥

ज्ञानदेव म्हणे देह जाल देव । प्रणवचि जिव अभव्हे ॥ ३७२.

लाक्षापात अजन घातले म्हणजे पृथ्वीच्या पोटांत असणारे द्रव्य सुद्धा आपण विदूषावत पाताळिचही धन । दावील कोर अंजन । त्याप्रमाणे केवळ या राकडे पाहिले ॐकारामध्ये गृहपणाने राहणाऱ्या देवांचे दर्शन घडते. लाक्षांमध्ये हा ॐकार ठसला म्हणजे सरास धावून सुखाचा शोध घेणारे त्या ठिकाणी येणारे होते आणि हा ठसा पक्का होतो. ॐकार हा बघीही शिवाय जे काही असले त्याचा आकार अक्षर, नित्य, अशा ब्रह्मामध्ये लय नाही. हे साधने येणार नाही, केवळ अनुभवाच्या मागनेच या साक्षात्मागे जावी लागेल. योगी लोक एका बिंदूवर आपले लक्ष द्रव्य करताना ते बिंदू खेळण्याप्रमाणे योग्यांच्या हाती लागतो. पण हे न ठसा को, तो बिंदू प्रणवाचे फळ आहे. प्रणवाचा आविष्कार आहे. म्हणून मूळ प्रणव अनुभवायचा असेल तर—मने मन घालुनि मागे । तें जालिपा ज्ञान । ते देही देहाजोगे । होतीचि ना ॥ ज्ञाने. १४५० योगीन सांगितल्या प्रक्रियेने मूळ स्वरूपाकडे म्हणजे मागे जाऊन पाहिले

पाहिजे. ही गोष्ट अत्यंत अवघड खरी, परंतु निवृत्तीनाथांच्या प्रसादाने हा अनुभव बोलता बोलता सहजपणे आपसासा करता येईल. ज्ञानेशांचा प्रणव उपासनेबद्दलचा हा उत्कृष्ट साक्षात्कार आहे.

अ उ म या तीन मात्रा ज्यामध्ये समाविष्ट आहेत तो अकार म्हणजे आकाराला आलेले ब्रह्म होय. योगी लोक मसुराच्या डाळगोटघातका लहान आणि त्याप्रमाणे भगव्या अकाराचे ध्यान करून ब्रह्माचे दर्शन घेतात. ज्ञानदेव आपला अनुभव प्रकट करताना सांगतात की, या देहाने प्रणवाची उपासना करताना हा देहच देव होतो आणि त्याचेच शिवामध्ये रूपांतर होते. हा या उपासनेतील फार भव्य साक्षात्कार आहे. साधक एकदा या साक्षात्काराच्या सोडवाने भूषित झाला की जगाची एक-रूपता त्याला सदैव अनुभवाला येते. ज्ञानेशांनी भक्तियोगाचे लक्षण सांगताना -

जें जें भेटेल भूत । तें तें मानिजे भववंत ।

हा भक्तियोग निश्चित । आणि मात्रा ॥ ज्ञाने. १०-११८.

असा जो महत्तम अनुभव कथन केला आहे त्याची साक्ष त्याला येऊ लागते, सर्वानुनी परमेश्वर तो केवळ पाहतो नव्हे तर अनुभवू शकतो.

अशा या अगाधतेत त्याला मृत्यूचे स्वागत करण्याचे सामर्थ्य प्राप्त होतं. नामाग्न्य माणसाचा विचार करता देव आणि मृत्यू या दोघांनाही त्याने पाहिलेले नसते. असे असता मनुष्याला देवाबद्दल प्रीति वाटते तर मृत्यूबद्दल भीति वाटते याचे कारण केवळ अज्ञान. पण अशा अवस्थेला प्राप्त झालेल्या साधकाचे ते अज्ञान पूर्ण नाहीसे झालेले असते. त्यामुळे मृ्यू हा देखील त्याचा सखा बनतो त्याच्याबद्दलचे भय तर त्याला वाटतच नाही. उलट एखाद्या आवडत्या पाहुण्याचे ज्याप्रमाणे स्वागत करावे त्याप्रमाणे या मृत्यूचे स्वागत करण्याचा आनंद लुटण्यासाठी तो नेहमी तयार असतो. ज्याला आपला देह स्वच्छने सोडतायतो त्याला साधू म्हणतात. या साधुत्वाची पदवी त्याला केव्हाच माळ घालते. सर्व सुखाचा तो स्वामी बनतो. मिळविलेले मुख तो या जगाला वाटण्यासाठी केवळ या जगात वावरतो.

अकारागच्या उपासनेमधून मिळणारी ही अलौकिक सार्थवृत्ती आहे. निचा अवलंब प्रत्येक साधकाने यतोमन करावा आणि आपले सर्वहित साधवे.

★ ★ ★



लौकिक सिद्धी

एक निवृत्ती याचा जणदी स्पष्ट अर्थ म्हणजे संसारी जीवनातील ही लक्षांचा असा आक्षेप आहे की प्रणवाच्या जपाने मनुष्याच्या पांढऱ्या होत हा जर केवळ सन्यासी किंवा ज्यांना घरदार, वायको-अंगातीच करावा. या व्यतिरिक्त संसारी जीवांनी जर याची ती तर त्याच्या वाटवाला दुःखे आणि अपघातच अधिक येतात. ३ मनारी जीवन संपुष्टात येते. त्याच्या मनात नसले तरी वनता. याप्रमाणे त्याच्या सर्व सुखांचा अंत त्याच्या डोळ्यांमधून

होतो. ही स्थिती ॐकाराच्या जपाने होते म्हणून सामान्य संसारी माणसाने याच्या वाटेस जाऊ नये.

एप्रिल १९६८ च्या "कल्याण"मध्ये 'उपासना और अधिकार' या शीर्षकाखाली स्वामी ब्रह्मानंद सरस्वती महाराज यांचा उपदेश म्हणून श्रीयुत सदाशिव जोशी यांनी संकलित केलेला एक लेख आहे, या लेखात त्यांनी नमूद केलेला भाग मुद्दाम खाली दिला आहे.

'कुछ लोग ॐकारको ही बहुत महत्त्वशाली मानकर उसीका जप करने लगते हैं। दो चार, दस-बीस बार नित्य ॐकार जपसे कोई विशेष बात नहीं होती, किंतु यदि दो-चार हजार जप नित्य होता रहे तो थोड़ेही समयमें लौकिक परिस्थिती कमजोर पड़ जाती है। रोजी रोजगार कमी हो जाती है। स्त्री-पुत्र आदि अस्वस्थ रहते हैं और मर भी जते हैं। इसीलिये गृहस्थको केवल ॐकार जपका अधिकार नहीं है। यदि ॐकार जपने गृहस्थ को लाभ होता तो कोई कारण नहीं या की शास्त्र उनके लिये निषेध करत। दूसरी बात यह है की स्त्रियोंके ॐकारयुक्त मंत्रके जपका निषेध है। (पान ८३२)

या सर्व लेखाचा विचार केला की हे सहजपणे समजून घेईल की एका महान अधिकारी पुरुषाचे हे विचार आहेत. त्यामुळे सामान्य माणसांची मते विचलित झाल्याविना राहणार नाहीत. ॐकार हे भगवंताचे अत्यंत मंगल असे नाव आहे. भगवंत जर मंगलमय आहे, मंगलाचा तो स्वामी आहे म्हणून मंगलाशिवाय तो अन्य काहीही देऊ शकणार नाही. तो फक्त मंगल-त्वाचे प्रदान करतो. अन्यथा त्याच्या वाटेस कोणीही जाणार नाही. बरोबर लेखातून हे स्पष्ट होते की हा जप सर्वसंगत्यागी संन्यासी यांनीच करावा. पण सन्दासी म्हणजे कोण ? सामान्य मानवच ना ? ज्ञानेशांनी ज्या सन्दासाचे चित्र ज्ञानेश्वरीत स्पष्ट केले आहे, ते या सामान्य संन्याशाचे नाही. ज्यांनी सर्वस्वाचा त्याग केला अशा महापुरुषाचे लक्षण ते असे सांगतात -

मी माझे ऐसी आठवण । विसरलें जपार्थें अंतःकरण ।

पार्था तो संन्यासी जाण । निरंतर ॥ शाने. ५-२०

... त्याच्या अंतःकरणातून पूर्ण नाहाशा झालेली असते अशा पुढाळा संन्यासी असे म्हणतात.

ही ज्याची अवस्था आहे त्याने प्रणवाचा जप केल्यास त्याला कोणतीही बाधा होणार नाही. परंतु याशिवाय केवळ भगवी वस्त्रे घारण करून ज्याने मनाचे सर्व व्यवहार चालू ठेविले आहेत, संसारी वस्तूंची साथ ज्याला अजूनही असावी वाटते, त्याला संन्यासी तरी कसे म्हणवे ? स्वामी विवेका-नदांनी या बाबतीत एक कथा सांगून खरा संन्यासी कोण ते ठरविण्याचे वाचकांवर सोपविले आहे.

एका संन्याशाने असे ऐकले की या देशाचा राजा विरागी असून त्याचे वैराग्य अत्यंत बोलके आहे. रुढीप्रमाणे तो राजा असला तरी खरा तो संन्यासी आहे. अशा राजाची परीक्षा पाहावी म्हणून हा संन्यासी या राजाच्या दरबारी आला. राजाने त्याचे स्वागत केले. तेव्हा तो संन्यासी राजाला म्हणाला, 'राजा, तू महान विरागी आहेस अशी मी तुझी कीर्ती ऐकली आणि तुझ्याकडे आलो. पाहतो तो तू या राजैश्वर्यात लोळत पडला आहेस. हे तुला शोभत नाही.'

राजा हात जोडून उभा राहिला आणि त्याला म्हणाला, 'महाराज ग मी काय करू ? आपण सांगाल त्याप्रमाणे करण्याची माझी मंगारी आहे.'

'मग हे सर्व राजवैभव सोड आणि माझ्याबरोबर रावात चल.'

'ठीक आहे, चला.' असे म्हणून राजाने राजवस्त्रे काढून ठेवली. निवा-
वरून झाली उतरला आणि तो त्या संन्याशाच्या मागून चालू लागला.
'थोडे अंतर गेल्यावर संन्याशाने राजाला सांगितले, 'राजा, राज-
वा परत राजवाड्यात जाऊ.' राजाने कारण विचारले तेव्हा तो संन्यासी
जाला, 'माझा कटोरा मी राजवाड्यात विसरलो आहे. तो घेऊन येणे
इतं.' संन्याशाचे हे शब्द ऐकून राजा त्याला म्हणाला, 'सर्व राजवैभव
आ सारून मी आलो आणि तुम्ही तुमच्या कटोऱ्याची अभिलाषा व्यक्त
कृत अशा संन्यासी महत्त्वाच्या मागून जाण्यापेक्षा संन्यस्तवृत्तीने राग-
न भोगण्यात मला अधिक विरागीपण योग्यता येईल.'

केवल अंगावरच्या भगव्या कपड्याने जर संन्यासीपण येत असेल तर ते केवळ ढोंग आहे. संन्यासीपणाचा असला उत्तम आवडणारा त्याची यथार्थता सिद्ध करण्याचा खोटा प्रयत्न करणारे हे महाभागे या समाजाचे शत्रू आहेत. संन्यासीपण इतके सोपे नाही. अशा ढोंगाचा तुकाराम महाराजांना अत्यंत तिडकारा होता. आपल्या अत्यंत परखड शब्दात ते असे करणाऱ्याला अगदी स्पष्टपणे जाब दिचारतात—

भगवे तरी श्चान सहज वेश त्याचा । तेवे अनुभवाचा काय पंथ ॥

वाडवनी जटा फिरे दाहो बिशा । तरी अंबुवेशा सहज स्थिती ॥

कोरोनियां भूमी करितो मरीं वास । तरी उंदराम काय वाणी ॥

तुका म्हणे ऐसे कासया करावें । देहासी वंदावे वाउगेचि ॥

असल्या संन्याशांचे ॐकार जप करावयाचा असेल, तर यापेक्षा अगदी सामान्य माणसाने कोणत्याही अवडंबराचा स्वीकार न करता जप केला तर तो निश्चित बरच्या दर्जाचा नव्हे का ? ज्ञानेश्यांनी संन्याशांचे जे विषय रंगविले आहे त्या संन्याशांचे मनच निर्विकार द्वास्थाने तो स्वतःच देव बनतो. म्हणून देव बनण्यासाठी ॐकाराचा जप त्यांच्या खासच आवश्यक नाही. देवत्वाची स्थिती प्राप्त होण्यासाठी ॐकाराचा जप आहे. तसे नसते तर जी गीता भगवंताच्या मुखतून बाहेर पडली आणि ज्या गीतेचा गौरव स्थिती वैश्याः तथा शूद्रास्तेऽपि यांस्ति परां गतिम् । या महान सिद्धीमुळे केला जातो त्या गीतेतील श्लोकात आलेला ॐकार स्थिराची म्हणावयाचा की नाही ? असे एक-दोन नव्हे, अनेक विचार पुराव्यांचे सामान्य माणसाच्या अंतरात उमळी घेतील. त्याचे समर्पक उत्तर एकच आहे की ॐकाराची उपासना सर्वांनी करावी. सर्वांना तो अधिकार आहे. विविध रोगांसाठी विविध औषधांचा उपयोग होतो, पण त्याबरोबर त्यांच्यासाठी आवश्यक असणाऱ्या पध्द्यांचा अवलंब त्या रुग्णाइत्याला करावाच लागतो. त्याप्रमाणे ॐ हे सर्व सुख प्राप्त व्हावे म्हणून आणि सर्व दुःखांची निवृत्ती व्हावी म्हणून एक प्रभावी औषध आहे. ज्याला स्वतःला काही रोग झाला आहे हे कळेल त्याने औषध घ्यावे आणि त्याबरोबर त्याचे पध्दही पाळावे. त्यामुळे तो रोगमुक्त होईल. खऱ्या अर्थाने बोलायचे तर वरील उताऱ्यात साधकाचा

संसार नाहीसा होतो हे वचन मात्र असत्य नाही ? अर्थात लोकांनी संसाराचा अर्थ चुकीचा केला आहे आणि त्यामुळे संसारात ज्यांचा ज्यांचा समावेश होतो ती भले-माणसे मरतात असा अभिप्राय दुर्मील हिंदी निवेदनात केला आहे. पण वेदान्त किंवा उपासनेच्या विषयात संसार या शब्दाचा अर्थ अगदी निराळा आहे. ज्ञानेश्वर महाराजांनी संसाराचा अर्थ स्पष्ट करताना ज्ञानेश्वरीत म्हटले आहे -

मातेक्षिया उबरकुहरीं । पचूनि विष्टेच्या बाथरीं ।

उकडूनि नवमासवरी । जन्मजन्मोनि मरती ॥ ज्ञाने. ९-२२१.

किंवा भगवत्पूज्यपाद श्रीभक्त आद्य शंकराचार्य आपल्या चरंढपंजरी याच्या ब्रसिद्ध स्तोत्रात -

पुनरपि जननं पुनरपि मरणं ।

पुनरपि जननीअठरे शयनम् ।

इह संसारे.....

याप्रमाणे संसाराचे स्पष्टीकरण करतात. पुन्हा पुन्हा जन्माला येणे नि पुन्हा पुन्हा मरणे या प्रवासाला संसार अशी संज्ञा आहे. हा जन्मणाचा प्रवास म्हणजे महान दुःख आहे. हे दुःख नाहीसे व्हावे ही पारमार्थिक सिद्धी आहे. संबंध विरहाचे दुःख कोणते असे विचारले तर ज्या तामध्ये अन्य सर्व दुःखांचा समावेश होईल. असे दुःख म्हणजे हा संसार ! हा संसार नाहीसे करण्याचे कार्य अकार करतो. अर्थातच दुःख सपले त्याची जागा सुख घेते. हा विरवाचा पर्यायी नियम आहे. ज्ञानेश्वरांनी ज्यावेळी सर्व सुख असा शब्दप्रयोग करतात तेव्हा जन्म-मृत्यूच्या अव-
 ा अंत झालेली अवस्था असा याचा अर्थ अभिप्रेत असतो या भ्रमस्थेला असे नांव आहे. अगदी प्राकृत अर्थाचा विचार केला तर उपा टिकाणी ठिते, संपते ते स्वान असा अर्थ करावा लागतो. जन्माचा आत्मा तरच वय पास प्रारंभ होतो. परंतु जन्मच नसेल तर वय कसे मोजणार ? ज्या नी जन्म आहे त्या ठिकाणी मृत्यू आहे. 'उपजे ते नाशे' हा विश्वाचा त सिद्धांत आहे. ही सिद्धांतकक्षा तोडून त्याच्या पलीकडे जाणे संसार नाहीसा होणे असे म्हणतात. अगदी स्पष्टपणे सांगायचे तर ह ।

संसार नाहीसा झाल्या तर वाचणे काहीच होणार नाही. तो ब्रह्मालाच पाडिजे. हा संसार नाहीसा होणेचा अर्थ बायका-मुले मरतात असा नव्हे. त्यासाठी अकार उपासनेची मुळीच आवश्यकता नाही. ते आज ना उद्या होणारच आहे. अकार उपासनेने या शेवटच्या टोकाला साधकाला कदाचित येता आले नाही तरी सर्व तऱ्हेची सुविधा मात्र त्याला प्राप्त होऊ शकते. प्रार्थिक सुविधा ही अकार उपासनेच्या मार्गामधली एक महत्त्वाची पायरी आहे. साधकाने या सुविधेचा उपयोग केल्यास तो त्या ठिकाणी थांबून पुढच्या प्रवासाला जाऊ शकतो. आजवरच्या अनुभवांचा आढावा घेतला तर अकाराच्या उपासनेमुळे लोकांचे नुकसान झाले आहे असे कुठेही ऐकिल्यात नाही. मी स्वतः या अकाराचा उपासक आहे. मी या उपासनेला प्रारंभ केला तेव्हा मला देखील अनेक लोकांनी या उपासनेपासून परावृत्त करण्याचा विफल प्रयत्न केला. सर्व तऱ्हेच्या सकटांचा पाढा माझ्यापुढे अनेक वेळा वाचला गेला. पण मी बजालाही बळी पडलो नाही. माझी जी उपासना चालू होती, ती तशाच चालू आहे असे नव्हे तर वेळोवेळी त्यात भर पडत गेला. गतीची वाढ झाली. ज्याला प्रसन्न म्हणतात, त्यामध्ये कोणतीही तुटी जाणवली नाही पत्नी, मुले आणि अन्य नातेवाईक चांगल्या स्थितीत आहेत. पहिल्यापेक्षा त्याची परिस्थिती सुधारली आहे. अठरा वर्षांचा अनुभव असत्य कसा म्हणावा? या व्यक्तिगत अनुभवांचा साठा उदरी साठवून ज्यावेळी मी इतरांचे अनुभव नोंद करण्याचा प्रयत्न करू लागतो तेव्हा इतरांचे अनुभव देखील माझ्याप्रमाणे समृद्धीकडे झुकणारे आहेत. त्यामुळे अकाराने मानवाच्या जीवनात विकृती निर्माण होते हा प्रवाद सत्य आहे असे मुळीच म्हणवत नाही. नित्याच्या जीवनात ज्या सुविधा आणि सिद्धी प्राप्त होतात त्यांचा आढावा या ठिकाणी दारकाईने घेण्याचा विचार आहे. कारण सामान्य माणसं जगाचा अनुभव घेऊ शकतील त्यांचीच चर्चा त्यांना रुचणारी आहे

१. रुग्णस्पर्श

माणे उपासना प्रकरणात निवेदन केल्याप्रमाणे साधकाने सर्व तऱ्हेची सिद्धता करून अकार जपाला प्रारंभ करावा. हा जप रोज दहा मिनिटे

करावा असे जरी सांगितले असले तरी तो दहा मिनिटे देखील झेपत नसेल तर पाच मिनिटे तरी तो करावा आणि हळूहळू वाढवीत न्यावा. या जपाने कशी वाढ करावी याचे स्पष्टीकरण मागे केलेच आहे. ॐकार हा स्वयं भागदर्शक असल्याने हा जप करण्यास प्रारंभ करावा. हा जप करीत असताना ठराविक वेळामध्ये कंटाळा येऊ लागला किंवा त्यामध्ये मन रमेनासे होऊ लागले तर तो जप योग्य प्रकारे होत नाही असे समजावे. कोठेतरी काहीतरी चूक खास आहे आणि ती दुरुस्त करणेही अगत्याचे आहे. त्यासाठी या जपमार्गातल्या अधिकारी पुरुषाकडून योग्य ते मार्गदर्शन घ्यावे परंतु जप करीत असता आनंद वाटत असेल किंवा त्या आनंदाची प्रत्यही वृद्धी होत असेल तर आपला जप योग्य प्रकारे चालला आहे असे साधकाने समजावे. या जपमार्गामधील ही पहिली चांगली खूण असून साधकाने निव्व्याकडे जरूर लक्ष द्यावे म्हणजे त्याला पुढे चांगली गती प्राप्त होते.

याप्रमाणे जप चालू झाला की सर्व शरीरात त्रिजेचा अत्यल्प संचार व्हावा त्याप्रमाणे प्रकंपने निर्माण होऊ लागतात. या प्रकंपनाचा सर्वात महत्त्वाचा कोणता लौकिक फायदा असेल तर तो म्हणजे शरीरात ज्या अनेक-बेध विकृती निर्माण होऊन त्या जात होणे. या विकृतीचे ज्ञान काढून घेणे हा एक अभ्यासच आहे. काही थोड्याफार अभ्यासाने ही स्वदने आणि त्यांचे हरक लगेच कळू लागतात. ते सर्व विकार पंचमाहाभूतांच्या परिसरातले असल्याने प्रत्येकवेळी ॐकार कसा म्हणावा हे निश्चित आगळे शास्त्र आहे. ा पद्धतीप्रमाणे जप करण्याचा प्रयत्न केव्हायच रुग्णता नाहीशी होते. यति ती रुग्णता लवकर नाहीशी व्हावी म्हणून कितीही वेळी महज उप-व्य होणाऱ्या वस्तूचा देखील उपयोग करावा लागतो. ॐकार मानवी शरीरात जे काही बदल करतो त्याला देखील मर्यादा आहेत. मनुष्य झाला येताना त्याच्यामध्ये जी विकृती असेल ती दूर होणे थोडे कठीण पते. परंतु जन्मतोना या शरीराच्या आतील जी अवयव जमा होता त्या यतिप्रत त्याला आणणे हे या जपाचे मुख्य उद्दिष्ट आहे. ही ॐकाराची हिदा ओळखून साधकाने आपली रुग्णता कमी करावी. या ॐकार जपाचा ारा विशेष हा आहे की तो जप ज्याचा त्यानेच करावा. नाहीतर जप

म्हटला की तो अन्य कोणाकडून तरी करून घेतला तरी चालतो असा एक विपरीत समज समाजात रुढ झाला आहे. ती रुढी या ठिकाणी उपयोगी पडत नाही. ज्याला रोग झाला आहे त्यानेच औषध घ्यावे असा नियम आहे. तरच तो रोगी बरा होतो अन्यथा नाही. त्याप्रमाणेच या जपाच्या बाबतीत देखील आहे. या औषध व्यवस्थेत एक अपवाद आहे. नाही असे नाही. आणि तो म्हणजे आईच्या दुधावरच जे मूल तहान आणि भूक यासाठी सवस्वी अवलंबून असेल त्या मुलाच्या बाबतीत. अशा मुलाला जर काही विकृती उद्भवली तर काही प्रमाणात ती त्याच्या आईला औषध देऊन दूर करता येते. पण त्याला सुदा काही मर्यादा आहेतच. अर्थात या सर्व मर्यादा या ॐकार जपाच्या बाबतीत देखील आहेत.

रुग्णता जाणून घेण्याच्या दृष्टीनेही स्वदने पाहण्याची प्रमुख ठिकाणे म्हणजे दोन्ही हातांची बोटे, पाठीचे मणके, छाती आणि मस्तक ही होत. शरीरात उपावेळी काही रुग्णता निर्माण होत तेव्हा त्या त्या अवयवाला विशेष वर्ण प्राप्त होतो, आणि तो जागा त्या वर्णाने सापते. हे तपमान शरीराच्या अन्य तपमानापेक्षा किंचित जास्त असते. अर्थात जागा निश्चित माहीत होण्यासाठी मागील मणक्यांना यांशीचा स्पर्श केला की ही विकृती कोठे असेल ते समजेल कारण मणक्यांमध्ये असलेले वर्ण त्यांची बीजाक्षरे होऊन ती बीजे या शरीरात कशा तऱ्हेने पेरली गेली आहेत याचे समग्र वर्णन मागे आलेलेच आहे. उदाहरणादाखल भर्मा कनाना करू की एखाद्या माणसाच्या मणक्यावरून हात फिरवत असना १५ व्या मणक्यावर हात आला असता त्याचे तपमान किंचित अधिक वाटते. हा एकोणिसावा मणका 'ड' या वर्णाचे वसतिस्थान असून त्या वर्णापासून निर्माण झालेले ड हे बीज मणिपूर नावाच्या चक्रात आहे. या चक्रात असलेल्या एकूण सर्व बीजांचा परिणाम कोणत्या अवयवावर होतो ते पाहिले तर त्याप्रमाणे ड हे बीज मूत्राशयाचे प्रतिनिधित्व करते. म्हणजे या स्पर्शाने मूत्राशयाचा भागात कोठेतरी विकृती निर्माण झाली आहे असे मानण्यास हरकत नाही. हीच विकृती बोटांच्या स्पंदनावरून देखील कळू शकते. हाताच्या दोघाना विशिष्ट नावे आहेत. त्याप्रमाणेच त्यांचा संबंध पंचमहाभूतांशी आहे. उदा.

बोटांमध्ये येणारी स्पंदने प्रत्येक पेरामध्ये निराली भासणानु होतात. बोट्यांची एकूण पेरें चोरी आहेत. अंगठ्याखेरीज इतर पेर्यांना तीन पेरें आहेत. त्यांनाही नावे आहेत. टोकाकडून खाली पहिले ऊर्ध्व, दुसरे मध्य व तिसरे अधस् होय. अंगठ्याला मात्र दोनच आहेत. त्यापैकी वरच्या पेर्यास दक्षिण आणि खालच्या पेर्यास वाम असे म्हणतात. पेर्यांची स्पंदने ज्यामानाने अधिक तीव्र असतील त्यामानाने विकृत जागा लवकर सोडून काढता येते. मागच्या उदाहरणाप्रमाणे पाहता अनामिका बोट्याचे स्पंद जरा अधिक तीव्र मिळतील. त्यातल्या त्यात मधल्या पेर्यात ते इतर दोन पेर्यांपेक्षा अधिक तीव्र असल्याचें जाणवेल. याचा अर्थ असा, अनामिका हे बोट उदराचा विकार दर्शविते. मधले पेरें उदरामध्ये ही जागा निश्चित करते. त्या बोट्याचे तत्त्व आप आहे. असे तूर्त समजल्यास मूत्राशयात निर्माण होणारी उत्पन्ना पाणी कमी करते. त्यामुळे या माणसाची लचवी विकृत होते. कदाचित् मूत्राशय धनण्याची शक्यता आहे. तो पाण्याच्या सान्निध्याने नाहीसा होईल. असा निगम लागल्यावर किडनीवर साध्या गार पाण्याची घडी ठेवून दीर्घ ॐकार म्हटल्यावर हा रोग कमी होत जाईल. परंतु तो जर खरेने बरा व्हावा असे वाटत असल तर शंकाचे साहाय्य घ्यावे. शंख जलोद्भव असल्याने याचा उपयोग आर्द्रता निर्माण करण्यासाठी होतो. याप्रमाणे करता थोड्या दिवसांत ही मूत्रविकृती नाहीशी होते. असा अनेक प्रकारच्या विकृती जात होण्यासाठी रोग ॐकाराची उपासना करून त्याप्रमाणे या स्पंदनाचा अनुभव घेता पाहिजे. कोणत्याही ठिकाणची मूळची स्पंदने कशी आहेत त्याचें ज्ञान लक्ष घेऊन पाहिजे. म्हणजे शरीराच्या विकृतीवरून स्पंदनांत कसा बदल घडतो ते समजून येईल. त्याप्रमाणेच त्या विकृतीचे उच्चाटण कसे करता येईल ते देखील समजून येईल. देह निरोगी करण्याचे कार्य हा ॐकार फारच उत्तम रीतीने करतो. देह एकदा निरोगी झाला की उपासनेमध्ये साधकाला अधिक आनंद वाटतो. तो जस-जसा अधिक जप करीत जाईल त्याप्रमाणे त्याचा निरोगी देह पवित्रपणाची वाटचाल करू लागेल. देह वजनाने हलका होऊ लागेल आणि त्याच वेळी त्या वेळावर तेजाचें आवरण दिसू लागेल. ज्ञानेशांनी ज्ञानेश्वरीच्या ६ व्या अध्यायात -

प्रसे या देहाच्या अवस्थेचे वर्णन केले आहे. अर्थात ही अवस्था काही एकदम प्राप्त होत नाही. थाला बराच काळ जावा लागतो.

२. शब्दस्पर्श

अकार जपाने जीथ पातळ होऊ लागते. त्यामुळे शब्दांचे उच्चार अगदी पष्ट आणि जलद होऊ शकतात. खरे पाहिले तर अकाराचा उच्चार करताना जिभेचा उपयोग करावयाचा नसतो. तिला पूर्ण विश्रांती मिळते. त्यावर अकाराच्या उच्चाराचे सर्वात अधिक परिणाम होतात. तिच्यामध्ये स्पर्श होणारी स्पर्शने सर्वात तीव्र असतात. त्यामुळे तिची शक्ती वाढते.

देवनागरी वर्णांचा उच्चार कसा करावयाचा याचे एक स्वतंत्र शास्त्र आहे. त्याचा मागोवा घेऊन जर अकाराच्या साधकाने त्या सर्व वर्णांचा उच्चार रण्याचा किंचितसा प्रयत्न केला तर त्याचे ते उच्चार अतिशय चांगले होतील. इतकेच नव्हे तर त्यामुळे त्याच्या वाणीला एक प्रकारचा गोडवा मिळण होईल. प्रत्येक अक्षराचे किंवा अक्षरसमूहाचे उच्चार करताना त्या वजन असावे याचे ज्ञान थाला आपोआप होते. त्यामुळे स्वतःच्या अंतः-रणात जे भाव असतील ते तसेच प्रकट करण्यासाठी ज्यावेळी तो शब्द-व्यमाचा उपयोग करतो तेव्हा त्या प्रत्येक शब्दाला प्राप्त झालेले वजन मान्य मानसाच्या सुद्धा लगेच लक्षात येईल. त्यामुळे एखाद्या गोष्ट करताना असा साधकाने सांगितले तर तो त्याच्या शब्दावाहेर जाणार नाही. प्रमाणे शब्दाला गोडवा आणि वजन असले त्याप्रमाणे शब्दाला गंध सुद्धा तो. दुर्गंध आणि सुगंध हे शब्दांचे गुण आहेत. मनुष्य अनेक वेळी अनेक गंधे बोलत असतो. कितीक वेळी तो बोलत असताना विचार करीत असतो. विचारांचा परिणाम सर्वतोपरी चांगला असतो तर त्याला विवेक किंवा विचार ही संज्ञा प्राप्त होते. परंतु तेच विचार परिणामी दुःखद असले तर तो कुविचार असे म्हणतात. 'मधु तिष्ठति जिह्वाग्रं हृदये तु हलाहलम् ।' उक्तीप्रमाणे एखादा मनुष्य बहून कितीही चांगले बोलत असला तरी

त्याच्या हृदयामध्ये मात्र अन्यथा विचार चालू असल्याच सामान्य माणसाला
 आकळून येणार नाही. परंतु प्रत्येक ॐकाराच्या आघाताने प्रत्येक शब्दनाद
 सुगंधित झाल्याने ॐकाराच्या साधकाला अन्याच्या बोलण्यामधील सुगंध
 ज्याप्रमाणे प्रत्ययाला येईल त्याप्रमाणे त्या शब्दाची दुर्गंधी देखील अनुभवाला
 येईल. त्यावरून ॐकाराच्या साधकाने असा माणसाजवळ कसे वर्तून ठेवावे
 याचा त्याला परिचय होईल. प्रत्यक्ष ॐकाराची उपासना केल्याशिवाय या
 शब्दगंधाची प्रचीती येणार नाही. ज्या माणसाच्या शब्दाला प्रणव गुणांचा
 स्पर्श झालेला असतो त्याचे बोलणे कशा प्रकारचे असते याचे मोठे मार्मिक
 विवेचन ज्ञानदेवांनी ज्ञानेश्वरीच्या तेराव्या अध्यायात केले आहे. ते सर्वच
 मूळातून पाहणे उचित ठरेल.

पुढां स्नेह पाझरे । मागां चालती अक्षरें ।

शब्द पाठीं अवतरे । कृपा आधी ॥ २६२

कां नादब्रह्मचि मुसे आलें । की गंगापय असलेलें ।

पतिव्रते आलें । बाधंक्ष कं ॥ २६८

तैसे साच आणि मवाळ । मितळे आणि सरळ ।

बोल जैसे कल्लोळ । अमृताचे ॥ २६९

उरोधु वाहु-बळ । प्राणु पापदाळु ।

उपहासु चाळु । बर्मस्पर्शु ॥ २७०

आटु बेगु विदाणु । आशा शंका प्रतारणु ।

हे संन्यासिले अवगुणु । त्रिपां वाचा ॥ २७१

बोलत असता प्रथम प्रेम प्रवाहित होते, त्याच्या मागून अक्षरे, नंतर
 शब्द आणि या सर्वांच्याही अगोदर कृपेचे भांडवल त्या शब्दांच्या मागे
 असते. असा साधक बोलू लागला म्हणजे जणू काही नादब्रह्मच आकार
 धारण करून प्रकट होत आहे, किंवा गंगेचे पवित्र पाणीच उसळचा घेत
 आहे किंवा पतिव्रतेलाच वृद्ध-व प्राप्त झाले आहे. दुसऱ्यास न खुपणारे,
 अगदी मोजके परंतु सरळ आणि जणू काही अमृत लहरीच असे त्याचे बोलणे
 असते. उपरोधिक, वाद निर्माण करणारे, पापाची उत्पत्ती करणारे, दुसऱ्याची

घट्टा करणारे, अपमानकारक, वर्मी झोंबणारे, हट्ट, आवेश, कपट, आशा यांचे प्रदर्शन करणारे, संशयगुण, फुसवे हे गुण ज्या वाङ्मतेतून समूळ नाहीसे झाले आहेत असे बोलणे असावे.

किंवा सतराव्या अध्यायामध्ये वर्णन केल्याप्रमाणे अशा साधकाचे बोलणे तयार होते.

पाणी मुदल झाडा जाये । तूण ते प्रसंमेचि जिये ।

तैसें एका बोलिले होये । सर्वाही हित ॥

जोडे अमृताची सुरमुरी । ते प्राणातें अमर करी ।

स्नानें पाप ताप वारी । गोडीही वे ॥

तैसा अविचेकुही फिटे । आपुले अनादित्व भेडे ।

आइकतां वचि न विडे । पीयूषीं जैसी ॥-ज्ञाने. १७-२२०.

मुख्यतः पाणी झाडाला घातले जाते. पण त्याबरोबर त्याच्या शेजाऱ्या गवत आपोआप उगवते आणि जगते. त्याप्रमाणे कोणा एकाला उद्देशून बोललेले बोल सर्वांचे हित करणारे ठरतात. अमृताची गंगा प्राप्त झाली तर तिच्या सेवनाने प्राणी अमर होतील, स्नानाने पाप आणि ताप जाईल, गोडीही प्राप्त होईल. त्याप्रमाणे बोलणे ऐकताच अज्ञान नाहीसे होईल, आत्मस्वरूपाचे दर्शन होईल आणि ते बोलणे ऐकत असता, अमृत जसे नको वाटत नाही त्याप्रमाणे ते देखील नको वाटत नाही. अशा तऱ्हेचा अत्यंत सोज्वळ शब्दस्पर्श ॐकाराच्या नित्य उपासनेने साधता येतो. साधकाने उच्चारलेला प्रत्येक शब्द विशिष्ट तऱ्हेचे वजन आणि आकार धारण करून बाहेर पडतो. सामान्य माणसाला तो चांगल्या वचनाचा भासेल तर ज्याला विशिष्ट अधिकारी-बैठक प्राप्त झाली आहे त्याला तो मौल्यवान वाटेल. केवळ अशा तऱ्हेच्या उपासनेने साधकाच्या मुखातून जो शब्द बाहेर पडेल त्या शब्दनादाशी समरूप आणि समनाद होणारे वातावरण आपोआप तयार होते आणि ते चिरकाल तसेच कायम राहते.

विसोवा खेचरांनी ज्ञानदेवांना छळण्याचे जणू व्रतच घेतले होते. परंतु ज्ञानदेवांच्या केवळ शब्दस्पर्शाने त्यांच्या जीवनामध्ये कायमचा फरक झाला.

मांड्यासाठी लागणारे मडके फोडून मुक्ताबाईला दुःखी केल्यावर बोड्या वेळाने ते ज्ञानेशांच्या शोपडीकडे चले. त्यावेळी, मुक्ताबाई ज्ञानेशांच्या पाठीवर मांडे करीत होती. ते पाहून त्यांना पश्चात्ताप झाला. ज्ञानदेवांदि-कांची जेवणे झाल्यावर विसोबा जोराने त्यांच्या शोपडीत घुसले. ज्ञान-देवांची उष्टी पत्रावळ त्यांनी हाती घेतली आणि चाटण्यास प्रारंभ केला. ते पाहून ज्ञानदेव त्यांच्याकडे पाहून म्हणाले, 'अरे, अरे! तू काय खेचर आहेस?' झाले. या शब्दाबरोबर विसोबा चाटीचे विसोबा खेचर झाले. जगाला माहीत आहेत ते विसोबा खेचर—विसोबा चाटी मात्र केव्हाच अदृश्य झाले. केवळ एका शब्दाबरोबर संपूर्ण जीवनाला कायमची कला-टणी देण्याचे सामर्थ्य ज्ञानेशांनी अगदी सहजपणे दाखविले ते या ॐकार उपासनेने सहजपणे साधते.

शब्दाचे सामर्थ्य अंगी बाणले म्हणजे दुसऱ्याचे बोल ऐकून त्या व्यक्तीच्या स्वभावाची किंवा त्या अनुरोधाने होणारी कृती कशी असेल याचे निदान आपोआप होते. अर्थातच त्यामुळे साधकाला आपल्या व्यवहारी जगात कोणाशी काय बोलणे किंवा काय बोलू नये, कोणती कृती केव्हा करावी याचे अगरी स्पष्ट ज्ञान होते. त्यामुळे अशा साधकाच्या व्यवहारात सहजपणे सुविद्या प्राप्त होते. अगदी वारीकसे निर्णय मुद्धा त्याला अतिशय अचूकपणे घेता येतात.

कोणतेही मंत्र आजकल चांगले उच्चारता येतात. इतकेच मज्जे तर त्या मंत्राच्या तादात्म्य परिणाम साधकाच्या प्रत्येक कृतीवर पडत असतो. स्वामी वासुदेवानंद सरस्वती हे एकदा सावंतवाडीस त्यांच्या एका नाते-वाइकाकडे गेले होते. त्या दिवशी त्यांच्याकडे काही धार्मिक विधी व्हाव-याचा होता. गंध उगालण्याचे कार्य वासुदेवानंदांनी आपल्याकडे घेतले. गंध बरेच लागणार. ते उगालण्यासाठी त्यांनी सहाण-खोब घेतले आणि चंदन उगालण्यास प्रारंभ केला. नुसते गंध उगालणे त्यांच्या सारख्या देवप्रिय माणसाला आवडेना. गंध उगालताना त्यांनी सोर नामक सूक्त म्हणण्यास प्रारंभ केला. होता होता गंध तयार झाले. ब्राह्मण ज्यावेळी जेवावयास बसले तेव्हा त्यांच्या मस्तकी ते चंदन लावण्यात आले. जेवतना ब्राह्मण

अस्वस्थ झालेले पाहून यजमानांनी त्यांना कारण विचारले. तेव्हा त्यांनी कपाळाची आग होत असल्याचे सांगितले. चंदनाने मस्तकाची आग का व्हावी ते कळेना. शोध घेताना हे गंध वासुदेवांनी उगाळले येथपर्यंत कळले. तेव्हा त्यांनी त्यांना विचारले. ते म्हणाले, 'होय गंध मीच उगाळले.' या चंदनाने मग मस्तकाची आग का व्हावी? बराच वेळ विचार केल्यावर त्यांच्या लक्षात आले आपण गंध उगाळीत असता मुखाने सौर म्हणत होतो. त्या सूक्ताचा हा परिणाम असला पाहिजे. त्याप्रमाणे त्यांनी खुलासा करताच सर्वांना आश्चर्य वाटले. थोडक्यांत शब्दाचा परिणाम कृतीमध्ये होतो. असे एक-दोन नव्हे; अनेक दाखले भारतीय मंत्रशास्त्राच्या परिसरात आहेत. या सर्वांचा पाया, आपली मात्रे साधकाने पवित्र करण्यामध्ये आहे. ती अन्य मंत्रांनी देखील होतात, परंतु त्यातल्या त्यात गायत्री आणि ॐकार यांच्या उपासनेने मात्र ती जलद कार्यक्षम होतात. ॐकार हा त्या मानाने सोपा मंत्र आहे. त्याचा अवलंब करून साधकाने आपले सामर्थ्य वाढवावे.

३. भावस्पर्श

कोणत्याही प्राण्याच्या अंतरात चांगले अगर वाईट भाव नेहमीच उत्पन्न होत असतात. ज्या वेळी त्यांच्या अंतःकरणात केवळ स्वतःचे भले व्हावे, त्या भलेपणाच्या लाभामुळे अन्याचे काय झाले अगर होईल याचा विचारही ज्याच्या अंतराला शिवत नाही, ते सर्व भाव केवळ स्वार्थी आणि तामसी असतात. त्यांना दैत्यवृत्ती असे म्हणतात. हेच भाव स्वार्थी असूनही ज्यावेळी त्यामध्ये अन्यांना स्थापासून किती सुख अगर दुःख प्राप्त होईल याचा विचार असतो किंवा त्याला साजेशीच कृती त्याच्या हातून घडते तेव्हा त्याला सामान्य मानवी भाववृत्ती असे समजले जाते. ज्या वेळी अतःकरणा-तल्या विचारांना स्वतःच्या भलेपणाचा स्वार्थ शिवलेला नसतो, परंतु त्यातून केवळ अन्यांच्या भल्याचाच विचार कृतीत आणण्याचा सर्वस्वी प्रयत्न असतो, अशा वेळी त्याला साधुभाव वृत्ती अशी संज्ञा प्राप्त होते. अशा तऱ्हेच्या या तीन वृत्तींचे विश्लेषण करताना ज्ञानदेवांनी दैवी आणि आसुरी असे दोनच फरक मानून त्यांचा भेद स्पष्ट केला आहे. त्यांच्या

कृतीचे आणि त्यांच्या अंतःयात चाललेल्या विचार लहरीचे सूक्ष्म निरीक्षण त्यांनी केले आहे. अर्थात या दोन परिसीमा स्पष्ट करीत असता मध्य-सीमाही त्यांनी अगदी सहजपणे स्पष्टिली असल्याचे ज्ञानदेवीत दिसते. त्यांच्या या सूक्ष्म निरीक्षणाचा आढावा घेतला की या भाववृत्तीचे ज्ञान आपोआप होईल.

परि अहिती कोपोनि सोप । लालमी मऊ जेंसे पुष्प ।
 तिये मातेचें स्वरूप । जेंसे का होय ॥ १६-१९३
 का चिखली हतली गाये । घडमाकड न पाहे ।
 जो तियेचिया म्हाती होये । कालाभुला ॥ १४२
 तेंसे आपुलेनि गुणे । पुढिलांचे उणे ।
 फेडुनिया पाहणें । तयाकडे ॥ १४९
 तेंसे पुढिलांचेनि तापे । कळवळलिये कृपे ।
 सर्वस्वेसी दिले आपणपे । तरी थोडेचि गमे ॥ १५७
 निम्न भरलिया एणे । पाणी ढळोचि तेंणे ।
 तेवी आतां लोकांनि जाणे । सामोरेया ॥ १५८
 पै पायी काटा तेंहे । तव व्यथा जीवीं उमडे ।
 तेंसा पेंढे । पुढिलांचेनि ॥ १५९
 का पावीं नीला लाहे । की ते डोळ्याचि लागी होये ।
 तेंसा परमुखें जाते । मुखामतु ॥ १६०
 का फेडोत पाप हाप । पोखीत तिरींचे पावप ।
 समुद्रा जल जाते । गंगेचे जेंसे ॥ १९९
 का जयाचे जाते फेडितु । शिष्येची राऊळे उघडितु ।
 निवे जेंसा भासतु । प्रदक्षिणे ॥ २००
 तेंसी बांधिली सोडित । बुडाली काडित ।
 साकडी फेडित । आर्ताचिया ॥ ज्ञाने-१६-२०१

आई मुलाला रागावते तेव्हा तिच्या अंतःकरणात मुलाच्या भावी कल्याणाचा सर्वस्वी विचार असतो. त्याप्रमाणे ज्याचे रागावणे म्हणजे नि-

एखादी गाय चिखलात व्हाली तर ही दूध देणारी आहे किंवा नाही याचा विचारही न करता जो तिला वाचवविण्यासाठी तळमळतो, त्याप्रमाणे आपल्या गुणांनी दुसऱ्यांचे अवशुण नाहीसे करून गुणवान म्हणून त्याच्याकडे पाहणे, किंवा समोरच्या माणसाच्या दुःखाने कृपा प्राप्त होऊन तो तळमळतो आणि आपले सर्वस्व जरी देऊन टाकले तरी आपण त्याला काहीच दिले नाही असे ज्याला वाटते किंवा पाण्याचा ओष वाहत असता मध्ये एखादा खड्डा आला तर तो पूर्ण भरल्याशिवाय पाणी पुढे जात नाही, त्याप्रमाणे समोर आलेल्या अत्यंत आतं माणसाची आतं नाहीशी केल्याशिवाय जो दुसरीकडे वळत नाही, किंवा डोळे तळावले म्हणजे तळपायांना गार्हच्या तुपाने मर्दन केले असता डोळ्यांचे दुःख आते त्याप्रमाणे दुसऱ्याचे सुख पाहून सुखावणारा किंवा पायात काटा मोडला की ज्याप्रमाणे जीवाला वेदना होतात त्याप्रमाणे दुसऱ्याचे दुःख पाहून दुखावणारा ज्याचा भाव असतो. गंगेचे पाणी वाहत असता आपल्या काठी असणाऱ्यांना पाण्याने पावन करित आणि वृक्षांचे पोषण करीत समुद्राला जाऊन मिळते, किंवा जगाचा अंधार नाहीसा करावा, सर्वत्र समृद्धी निर्माण करानी, या एकाच उद्देशाने सूर्य ज्याप्रमाणे या जगाची प्रदक्षिणा करतो त्याप्रमाणे जे काही कारणानी बद्ध झाले आहेत त्यांचे ते बंधन नाहीसे करीत, कोणी संकटात बुडत असतील त्यांना वर काढीत आतांची आतं नाही-री करीत नाधुभाववृत्तीचे लोक जगात नांदत असतात.

ही भाववृत्ती एकाएकी निर्माण होत नाही. निरनिराळ्या असतं प्रवृत्तींना बळाने मागे सारीत एक एक भांगली वृत्ती साठवावी लागते. वृत्ती अंगीकारणे आणि साठविणे यामध्ये मोठा फरक आहे. काही थोड्या हृदय-स्पर्शी प्रसंगाने सत्प्रवृत्ती निर्माण होत नाहीत असे मुळीच नाही. पण त्यांची कालमर्यादा फारच थोडी असते. ती प्रसंग नाहीसा झाला की सत्प्रवृत्ती राहीलच असे नाही. तिच्यामध्ये कालांतराने फरक पडत जाईल. तिची जागा दुसरी वृत्ती घेईल. याचा अर्थ सत्प्रवृत्तीची पूर्णपणे तेथे साठवण झाली असे आहे. बरील ज्ञानेशांचा आग्रह हा साठलेल्या सद्भावाचे चित्रण आहे. कोण-याही अवस्थेमध्ये त्याचा बदल घडत नाही. अशा अवस्थेमध्ये देवत्वाचा

आविष्कार आहे. परंतु या कृती धडताना धडलेल्या देववृत्तीची साठवण होण्यासाठी जन्मतः मो आणि घाझे यांनी भरलेले अंतःकरण रिते घाले पाहिजे. तसे ते झाले नाही तर या वृत्तीची साठवण होत नाही. त्यासाठी जे अनेकविध प्रयत्न करावे लागतात. त्यांची मालिका निर्माण व्हावी, आपल्या सर्व कृतीचा अर्थ आपल्याला कळवा म्हणून अत्यंत सोप्या आणि प्रभाववान प्रणव मंत्राची साथ साधकाला बहुमोल ठरते. घोड्या वेळात परंतु तीव्र असे परिणाम धडवून आणणारे ॐकार जपासारखे दुसरे साधन नाही.

आणि पुढिलांचे सुख । देखण्याचे होय निख ।
 चढे कोधाचे विख । मनोवृत्ति ॥ ज्ञाने. १६-२३७
 जगाची सुखपहाट । चोरा भरणाहूनि निकृष्ट ।
 दुषाचे कालकूट । होय व्याढी ॥ २४०
 तेथ आपुलेनि दळे । भोगिजे जे जे वेढळे ।
 हे बाचोनि के वेढळे । पुण्य आहे ॥ २९९
 एकाते साधूनि मारिती । एकाचि सर्वस्वे हरिती ।
 एकालागी उभारिती । अपाययंत्रे ॥ ३४४
 परव्राणघाते । गेळविती विते ।
 मिजलिया दिसे । तोयणे कंसे ॥ ३४७
 मी मने वाचा दे । करी ते कंसे मोहे ।
 के मजबाचूनि आह । आज्ञासिद्ध आन ॥ ३५५
 सती आणि सत्पुरुष । दानशीळ याज्ञिक ।
 सपत्नी अलौकिक । मंग्यासी जे ॥ ४०२
 का भक्त हन महात्मे । दये माझी निजाची घामे ।
 निर्वाळिली होमधमे । धोतादिकी ॥ ४०३
 तया द्वेषाचेनि कालकूटे । बासटोनि तिखटे ।
 कुबोलांची सदरे । सूति काण्डे ॥ ४०४
 न घरीचि विधीची भीड । न करीचि आपुली चाड ।
 बाळवीत गेला कोड । इंद्रियांचे ॥ ४४७

ज्यावेळी ही उपासना करता कधीतही मूर्खी मोठी होते. तेव्हा केवळ इच्छेनेमुद्रा असत. भाव वृत्तीच्या मागसाठी चित्त आणि व्यवहार चांगल्या वळणावर आणता येतात. साधनेच्या योगे ज्याप्रमाणे साधकाच्या शब्दांना सामर्थ्य प्राप्त होते, त्याप्रमाणे साधकाच्या वृत्तींना देखील फार मोठे बल प्राप्त होते. केवळ इच्छापात्रे करून कोणतेही भाव पालटता येतात. या बाबतीत वाल्मीकी ऋषींचे उदाहरण पाहण्यासारखे आहे. नारदांची केवळ सद्विच्छा हेच या सर्व परिणामाचे कारण आहे. स्वामी रामकृष्णांनी विवेकानंदांना आपल्या सद्भावनेच्या सामर्थ्याने स्पर्श करताच मूळची त्यांची सद्भाववृत्ती एकदम देववृत्तीमध्ये परिणत झाली. याच प्रक्रियेचा अर्थ मनात आणून याचा उपयोग प्रायना किंवा संकल्प यांच्या योगे अस्तित्वात आणता येतो. सर्व सद्भावनेचा उपयोग नेहमीच होत असतो. पण ॐकाराच्या सतत सांनिध्यात राहिल्याने त्या प्रायनेची तीव्रता वाढते. त्यामुळे होणारे परिणाम लवकर साधकाचे दृष्टीस्पतीस येते. इतकेच नव्हे तर परिणाम बराच काळपर्यंत कायमही राहतात.

समोरचा मनुष्य कोणत्या प्रवृत्तीचा आहे हे त्याच्या बोलण्यावरून किंवा कृतीवरून नमजून येईल, परंतु त्याहीपेक्षा केवळ त्याच्या दर्शनाबरोबर त्याच्या वृत्ती कोणत्या प्रकारच्या आहेत, हे जाणून त्या स्वतःच्या ताब्यात द्याव्यात आणि त्या ठिकाणी सत्-प्रवृत्तीची प्रतिष्ठापना करावी. हे कार्य अगदी सहजपणे करता येते. असे अनेकवेळा दृष्टीस येते की एखादा मनुष्य ईश्वरावर जराही विद्वान् न ठेवणारा असतो. परंतु एखाद्या साधूपुरुषाकडे तो गेला तर त्याच्या त्या प्रवृत्तीला चांगले वळण लागते. याचे कारण अगदी स्पष्ट आहे की, त्याच्या वृत्ती साधुवृत्तीपेक्षा बलहीन असल्याने त्या तो घालवून बसला. हे सर्व सामर्थ्य केवळ ॐकारातून साधकाच्या अंगी वाणते.

४. स्मृतिस्पर्श

ॐकाराच्या प्रत्येक उच्चारानेबरोबर मानवी शरीरात समाविष्ट असलेल्या ज्ञानतंतूंचे प्रबोधन घडते. गायत्रीछेरीज अन्य कोणत्याही जपात हे सामर्थ्य नाही. गायत्री आणि ॐ धामध्ये या दृष्टीने विचार करता दोघांच्या

गतिकक्षा जवळपास मारण्याच आहेत. परंतु नायत्रीच्या बाबतीत असलेल्या अनेक वंशनांचा आणि पण्यांचा विचार करता ॐकार हा जप अधिकाना वृद्धी प्राप्त करून देणारा आणि सोपा आहे. ज्ञानतंतूचे एकदा प्रबोधन झाले की ते कायमचे होते. ॐकाराच्या प्रत्येक उच्चारबरोबर निर्माण होणाऱ्या लहरी या ज्ञानतंतूवर अत्यंत सूक्ष्म असा आघात करतात. प्रत्येक आघात इतका सूक्ष्म असतो की तो होत आहे याची जाणीवसुद्धा साधकाला होत नाही. परंतु जसजसा काळ जाईल त्याप्रमाणे त्यांची शक्ती वाढत असल्याचे वाढतून येईल. ॐकाराची ही शक्ती पूर्वसूरीच्या पूर्णपणे परिचयाला आलेली होती. त्यामुळे असा ॐकाराचा उपयोग प्रत्येक माणसाने करावा म्हणून त्याच्या उच्चाराला विशेष महत्त्व देऊन त्याचा समावेश त्यांनी भारतीयांच्या संस्कारात केला. पूर्वीच्या काळी मूलगा अथवा मूलगी, दोघांचेही प्रतबंध होत असत. साधारणपणे वयाच्या पाचव्या वर्षी हा प्रतबंध प्रस्कार होत असे. त्या संस्काराच्या मागे मोठा हेतू आहे. गर्भात पाचव्या महिन्यात बुद्धीचा प्रवेश होतो. गर्भाव्र जे जे नादांचे परिणाम होतात यांचो नोंद गर्भ करीत असतो. परंतु त्याला त्याचा उपयोग मात्र करता येत नाही. अभिमन्यूच्या वेळी मृत्यु गरोदर होती. तेव्हा रघुपुत्र जाताना गवान श्रीकृष्णांनी सुभद्रेला चक्रव्यूहभेदाचे जे ज्ञान सांगितले ते सर्व त्या भानि ग्रहण केले. ही कंदळ अभिमन्यूचीच कथा आहे असे नाही, तर सामान्य माणसांच्या बाबतीत देखील ते सत्य आहे. गरोदर स्त्रियांनी काय करावे, कोणत्या वित्त वाढवणे, वर्गरे बाबतीत आपल्याकडील शास्त्रांनी रेचसे निर्बंध घातले आहेत. याचे कारण एकच की गर्भात असल्यापासून लकाच्या बुद्धीवर विशिष्ट नादांचे परिणाम ठेऊन त्याच्या बुद्धीची हळू-हळू वाढ होते. मूल जन्मान्या आले की त्याच्या साक्षिध्यात कोणते नाद आहेत, काय बोलावे बघते वायत देखील पूर्वी बंधने होती. कारण मूल दहा हंग्यांचे झाले की त्यांच्या साक्षिध्यात जे काही नाद होतील ते पूर्णपणे तात ठेवण्याचे त्याचे कार्य चालू होते. मूल समोर असता त्याच्या साक्षिध्यात असलेल्या लोकानी उच्चारलेले शब्द मनात साठविण्याचे त्याचे कार्य चालू होते. मूल बोलू लागल्यावर कित्येक वेळी त्याने एकाकी उच्चारलेले शब्द ऐकून थक्क होण्याची पाळी आई-वडिलांवर येते. विशिष्ट तन्हे

बुदांनी बुद्धीची वृद्ध होते. त्यामुळेच वेदांच्या पाचव्या ते आठव्या वर्षी मोजीबंधन करून त्याला वेददीक्षा देण्यात येत असे. या वेदांच्या पठणाने बुद्धीला चांगली चालना मिळते. बुद्धी अनेक गोष्टी ग्रहण करते आणि मिळविलेल्या सर्व गोष्टींची उत्तम प्रकारे साठवण करते. पाठांतर करणे ही हल्ली समजण्यात येते इतकी किरकोळ गोष्ट नाही. हल्ली पाठांतर कमी झाल्याने बुद्धीची मूलगामी वाढ होत नाही केवळ बरबर दिसणाऱ्या गोष्टींपुरतेच तिचे सामर्थ्य मर्यादित राहते. किंबहुना जापणास बुद्धी आहे याचाही बऱ्याच विस्मय पडल्याप्रमाणे वागणारे काहीं महाभाब दिसतात. याचे कारण एकच, बुद्धी प्रगल्भ करण्याची जी साधने आहेत ती माहीत असून सुद्धा त्यांचा उपयोग न करण्याची मानवाची आधुनिक प्रवृत्ती. प्राथमिक आयुष्यात अशा बुद्धीच्या विकासाचा प्रयत्न ज्यांना करता आला नाही त्यांना केवळ ॐकाराच्या विशिष्ट प्रकारच्या उपासनेने आपली बुद्धी विकसतशील करता येईल. बुद्धी जितकी प्रगल्भ तितकी स्मृती तीव्र असते. ॐ किंवा त्याप्रमाणे परिणाम करणारे जे मंत्र आहेत त्यांचा परिणाम ज्ञानतंतूवर होतो. त्यामुळे बुद्धी प्रगल्भ बनते आणि त्याचा परिणाम स्मृती चांगली होण्यावर होतो.

ज्यायोगे पूर्वीचे ऋषी बुद्धी प्रगल्भ होऊन स्मृती असीम होईल. अशी वेदांची सेवा करीत. त्यातल्या त्यात वेद आपल्या जिबेवर कसे राहतील याचा त्यांचा प्रयत्न फार मोठा असे. त्यातल्या त्यात ॐ हा मंत्र तर इतका मोठा आहे की केवळ त्या मंत्राच्या उच्चारण्याने अशा तऱ्हेची स्मृती स्वाधीन करता येते. वेदात अनेक मंत्र आहेत. सर्वच विविध सामर्थ्याचे आहेत, तरी पण ॐकाराचे असीम सामर्थ्य मात्र वादातीत आहे.

स्वामी विवेकानंदांनी ॐकाराच्या सामर्थ्याबद्दल केलेले विवेचन खासच मोलाचे आहे. ज्या साधकाला आपली स्मृती विशाल असावी असे वाटते त्याने या जगाचा प्रयोग अवलंब करावा. कित्येक वेळी मुले सामान्य बुद्धीची आहेत असे आढळून येते, तेव्हा त्यांच्या ज्ञानतंतूंना प्रबोधित करण्यासाठी ॐकाराचा विशिष्ट प्रयोग करता येतो. ज्या साधकाला उत्तम प्रकारे ॐकार म्हणता येतो त्या साधकाने आपल्या समोर तांब्याच्या निष्कलंक भांड्यात पाणी ठेवून त्याकडे पाहून ॐकार म्हणावा. त्यावेळी त्या मुलाला

साधकाने जवळ बसवून ॐकार एकाग्रतेने ऐकण्यास सांगायचे. दहा मिनिटे ॐकार जप झाल्यावर समारंभ्या भांडे गानील पाणी त्या मुलास पिण्यास द्यावे. याप्रमाणे केल्यास एक वर्षाचा अवधीत त्या मुलाच्या एकंदर बुद्धी आणि स्मृतिकक्षेमध्ये फरक होत असल्याचे वाढळून येईल. परंतु त्यानंतर मात्र त्या मुलाने ॐकार म्हणावा. कारण दुपऱ्याने ॐकार म्हणण्याचे परिणाम काही काळपर्यंत होतो. परंतु त्यानंतर मात्र त्याचा परिणाम फारसा होत नाही.



इतकेच नव्हे तर एखादी व्यक्ती आता कोठे ठेवली त्याचे योग्यप्रकारे स्मरण होत नसेल तर स्वस्थ नि गीत गाण्यावर बसून ॐकार म्हणावा. काही अवधीतच स्मृती जागृत होते आणि वस्तू कोठे ठेवली ते समजते. या बाबतीत थोडे करून चालवू नये. अवधीत शांतपणे आणि मनोबली बंधन अवस्था दूर करून हा ॐकार जप करावा. त्याप्रमाणेच ज्या विद्यार्थ्याला एखाद्या अवघड विषयाचा अभ्यास करावयाचा असेल तेव्हा त्याने देखील शांतपणे धूपून दहा मिनिटे जप करावा आणि किंचित काळ थांबून मग अभ्यासाला प्रारंभ करावा. समजेल. उदाहरण असेल तर त्याचा परिणाम आणखी चांगला होतो. निदान उदरवस्था तरी लावून ठेवावी. कित्येक वेळी एखादे पुस्तक लवकर वाचून घ्यावे आणि त्या पुस्तकाचा भाषिक आशय ध्यानी यावा असे वाटत असेल तेव्हा त्याने देखील या जपाचा असाच उपयोग करून पाहवा. एखाद्या माणसाला एखादे व्याख्यान द्यावयाचे आहे. त्यासाठी त्याने आपल्या विषयाचे वाचन-मनन केल्यावर प्रत्यक्ष व्याख्यानाच्या वेळेपूर्वी अर्धा तास आसनावर बसून डोळे मिटून स्वस्थपणे जप करावा. दहा मिनिटे झाली म्हणजे जप थांबवावा. अगदी निविचार मनाने स्वस्थ व्हावे. नंतर एकही शब्द बोलू नये. व्याख्यानाला प्रारंभ होण्यापूर्वी पुन्हा तीन वेळा ॐकार उच्चारवा आणि आपल्या भाषणाला प्रारंभ करावा. जो मुलगा व्याख्यानात सांगवयाचा आहे तो मूळ मूढा, त्यामाठी असणाऱ्या आढळणाऱ्या त्या सर्व उपमुद्द्यांसहित आणि सुयोग्य उदाहरणांसहित त्याला प्रथमीतून मांडता येईल.

घडते. कल्पना करू या की, पहाटे चार वाजता आपणास उठावयाचे आहे. गजराचे घड्याळ जवळ नाही आणि त्यावेळी उठणे तर अगदी जरूर आहे. अशा वेळी साधकाने झोपेच्या वेळी आपल्या अंघरणावर बसावे. समोर भितीवर जर घड्याळ असेल तर त्यात चार वाजता काट्याची स्थिती कशी असते त्याचे बारकाईने निरीक्षण करीत पाच मिनिटे ॐकार म्हणावा आणि लगेच झोपी जावे. तुम्हाला ज्यावेळी जाग येईल तेव्हा घड्याळात बरोबर चार वाजलेले असतील. घड्याळ नसेल तर भितीवर घड्याळ कल्पनेतून तयार करून त्या कल्पनेतील घड्याळाची चार वाजताची स्थिती अवलोकन करीत ॐकार म्हणावा आणि सोपावे. बरोबर चार वाजता जाग येईल. अगदी सामान्य माणसास सुडा या प्रयोगाची प्रचीती येते. अशा अनेकविध प्रयोगांतून मानवाला आत्मची स्मृती समृद्ध करता येते. इतकेच नव्हे तर एका जन्मात मिळविलेल्या ज्ञानाची स्मृती दुसऱ्या जन्मात उपयोगी पडते. प्रत्येक वेळी निश्चयानेच भर पडत जाते. तिचा उपयोग करून ईश्वराचे सान्निध्य साधता येते. आनंददेवांनी स्मृतीची ओपासना कशी केली जाते, याचे मोठे मार्मिक चित्रण -

अथवा योगिनामेव कुले भवति धीमताम् ।- गीता ६-४२.

या भगवद्गीतेच्या महात्म्या अध्यायातील श्लोकावर केलेल्या व्याख्यानात केले आहे.

मोटकी देहाकृति उमटे । निजज्ञानाची पाहाट फुटे ।

सूर्यापुढां प्रगटे । प्रकाशु जैसा ॥ ज्ञाने. अ. ६-४५२.

तैसी दशेची वस्त न पाहतां । वयसेचिया गाथां न येतां ।

आळपणीच सर्वज्ञता । बरी तयातें ॥ ५३ ॥

तिथे सिद्धप्रज्ञेचेनि लाभे । मनचि सारस्वते बुभे ।

सग सकळ प्राप्ते स्वयंभे । निघती मुखें ॥ ५४ ॥

आणि यातील जे मंदवृत्ती । जेथ जीवितर अज्ञानी होतो अज्ञानी ।

गतजन्मातली ज्याची स्मृती ताजी राहिली आहे असा मनुष्य जन्माला आल्याबरोबर अगदी बालवयात गतजन्मस्मृतीचा त्याला जेपिआपे लागू होती. सूर्य उगवला म्हणजे त्यापुढे ज्याप्रमाणे प्रकाश पसरतो त्याप्रमाणे या स्मृतीमुळे अगदी बाल्यावस्थेतच त्याला सर्व ज्ञान प्राप्त होणे. तो ज्ञानी राणसाप्रमाणे बोलू लागतो किंवा आचार करू लागतो. मागील जन्मात जे ज्ञान प्राप्त झाले ते त्याचे भांडवल बनते आणि त्या भांडवलावर तो या जन्मीची जीवन-सामग्री मिळवितो. त्या सामग्रीमुळे त्याचे मन उत्कृष्ट ज्ञान लोकांना प्रदान करते. त्याचे माध्यम मात्र त्याची अमोघ वाणी असते. या सर्वांचा निष्कर्ष नमूद करताना ज्ञानेश असा करतात की, गतजन्माची तो पुंजी असेल ती प्रस्तुतच्या जन्मात उपयोगी ठरते. भारतामध्ये ज्ञानेश्वर, काराम, नामदेव, स्वामी विवेकानंद, स्वामी रामतीर्थ यासारख्या समर्थ ज्ञांची धरित्रे पाहिली म्हणजे आपणास दिसून येईल की, या पुरुषांची प्रस्तुत दिसणारी सामग्री ही केवळ या जन्मात प्राप्त केलेली नव्हे. या यतीला ते कसे आले याचा मागोवाच घ्यायचा झाला तर त्यांच्या अनेक जन्मांचा इतिहास साक्षी करावा लागेल. कारण गोपाळकृष्णांनी गीतेत -

बहूनां जन्मनामन्ते ज्ञानवान्मां प्रपद्यते । -गीता ७-१९.

असा उल्लेख करून भगवंताकडे जाणाऱ्या मार्गाची जणू काही लांबी जे अनेक वळणे यांचाच उल्लेख केला आहे. भगवंताशी एकत्र होणे ही एक जन्मातली नाही. एका पाठोपाठ जन्म घेताना निर्माण होणारी ती सद्बुद्धी भगवंताचा आश्रय करते. म्हणून सद्बुद्धी कितीही लहान हो, ती न अश्वेस्ता तिचा स्वीकार करावा.

जैसी दीपकनिका धाकुटी । एरि बहु तेजातें प्रगटी ।

तैसी सद्बुद्धी हे धेकुटी । म्हणो नये ॥ -ज्ञा. २-२३८.

दिव्याची ज्योत जरी लहान असली तरी ती जसा मोठा प्रकाश त्याप्रमाणे सद्बुद्धी कितीही अल्प असो, तिला लहान, क्षुद्र असे ही समजू नये. कारण ती लहान असली तरी फार मोठा परिणाम घडवते. या परिणामाने ज्ञानाचा लाभ आणि ज्ञानाने उत्कृष्ट स्मृतीचा

लाभ घडतो. ही सर्व सधुची अकाराच्या जपाने आपोआप प्राप्त होते. त्यामुळे तो जप अधिक प्रमाणात केल्यास ज्ञानेशांती लिहिलेली 'सर्व अनुभव सामान्य साधकांच्या देखील प्रत्ययाला येतील.

५. रुचिस्पर्श

शरीराचा आतील भाग शुद्ध होत गेला म्हणजे त्या साधकाच्या रुचीमध्ये जोराने बदल घडतो. शरीराचे स्वास्थ्य अन्नावर अवलंबून असते. परंतु भूक लागली नाही तर नसते अन्न असून तरी त्याचा उपयोग काय ? भूक लागली तर चव निर्माण होते, अन्यथा नाही. भूक निर्माण होण्यासाठी जठराग्नी पदीप्त झाला पाहिजे. त्या अग्नीला आहुती देणे म्हणजे जेवण करणे होय. म्हणून अनुभवाने 'उदरमरण नोहे जाणिजे यज्ञकर्म।' असे निश्चित विधान करण्यात आले आहे. हा अग्नी प्रदीप्त करण्याचे काम अकार करतो. इतकेच नव्हे तर प्रत्येक पदार्थाची मूल धव काय आहे याचे ज्ञान होण्यासाठी आवश्यक ती शक्ती जिव्हेमध्ये निर्माण करण्याचे कार्य देखील याच जपाने होते. आज आपण आपल्या जेवणात अन्न पदार्थांचे प्यार करतो. परंतु प्रत्येक पदार्थ म्हणजे अनेक पदार्थांचे मिश्रण असून असे असले तरी प्रत्येक पदार्थ स्वतंत्र रीतीने समजू शकतो का ? नसावी समजत नाही. परंतु जिभेच्या रचनेचा सर्वांगीण विचार केला तर या मध्ये निरनिराळ्या चवींच्या निरनिराळ्या जागा आहेत. असे असले तरी जीभेचे टोक मात्र याबाबतीत तीव्र आणि सर्व चवी जाणणारे असते. त्यामुळे तीव्र म्हणजे म्हणून अकाराचा चांगला उपयोग होतो. ज्याने भूक नसते किंवा तोंडाला चव नसते. अशा वेळी अल्पकाळ अकाराचा जप करून जेवण्याचा प्रयत्न केला तर चव लागते किंवा भूकही लागते. राष्ट्रांमध्ये जेवणापूर्वी एक पेय घेतात. त्याला (appetite) एपेटाईट असे नाव आहे. त्यायोगे चांगली भूक लागून उत्तम पदार्थांचा आस्वाद घेता येतो. राजे-रजवाडे यांच्याकडे जेवणाच्या वेळी एका वाटीत केवळ पाणी ठेवण्यात येते. एक पदार्थ खाल्ला की त्याचा स्पर्श झालेला हात त्या पाण्यामध्ये बुडवला की अन्य पदार्थांचा स्वतंत्रपणे आस्वाद घेता येतो. परंतु आपल्या-

कडील ऋषींनी त्रिसुपर्ण नावाचे एक सूक्त निर्माण करून ही उणीव भरून काढली आहे. जेवणाच्यापूर्वी हे सूक्त म्हटले जाते. जेवणाच्याप्रमाणे चवदार लागते त्याप्रमाणे ते अधिक खाल्लेही जाते. याचा एक थोडासा विचित्र अनुभव मला आला आहे. माझे एक मित्र आहेत. त्यांचे मंगल कार्यालय आहे. लग्न मुजीची उक्ती कामे घेऊन ती ते पार पाडतात. जेवणाच्या वेळी सनई बघून मुद्दाम लावली जाते. त्यामुळे लोकांनाही आनंद प्राप्त होतो. एकदा मी त्यांना म्हटले, तुम्ही जेवणाच्या वेळी जसा सनईचा थाट करता त्या प्रमाणे एखाद्या चांगल्या शास्त्रीबुवांकडून त्रिसुपर्ण नादमुद्रित (टेप) करून घ्या. जेवणाच्या पूर्वी त्रिसुपर्ण म्हणावे असे आहे. त्यांना माझे म्हणणे पटले. त्यांनी ते लगेच अमलात देखील आणले. मला बरे वाटले. पुढे महिन्याभराने मी माझ्या एका स्नेह्याच्या लग्नप्रसंगी भोजनास गेलो, तेव्हा ते त्रिसुपर्ण काही वाजविले गेले नाही. जेवण झाल्यावर त्यांना एकटे बघून मी विचारले तेव्हा थोडेसे रागावूनच ते म्हणाले, मी छंदा करतो, मी काही त्रिसुपर्ण उपडके नाही. मला त्याचा अर्थ न कळल्याने मी पुन्हा विचारले. ते म्हणजे त्यांनी खुलासा केला की, मला त्या त्रिसुपर्णाचा मोठा विचित्र अनुभव झाला. त्याला अन्न अधिक खातात. त्यामुळे मला तोटा सोसावा लागला. तुम्हाला त्रिसुपर्ण मी फेकून दिले. सांगण्याचा उद्देश एवढाच की वैदिक ऋषींनी विनिश्चित शक्ती खोस आहे. त्रिसुपर्णात अठरावरी प्रदीप्त करण्याचे नमूने आहेत. तेच ॐकारामध्ये देखील आहे.

आजकळी वैदिक मानसाच्या आंतरिक भावनेप्रमाणे पदार्थाच्या रचनेमध्ये दारुण उणीव आहे. त्यासाठी देखील ॐकाराची उपासना आवश्यक आहे. हाताभरून पदार्थाचा थोडांमध्ये ही शक्ती निर्माण होते. ॐकाराच्या उपासनेने मानवी शक्ती अजूनही स्पंदने निर्माण होतात त्यामुळे आपण शुचिता वावरू लागू. ॐकाराच्या आतामध्ये देखील ती आविर्भूत होते. या शक्तीचा उपयोग आपण आपल्या आयुष्यात घडून येणाऱ्या मुद्दा भावनेतून पुढे आलेले आहे किंवा नाही, हे ओळखण्याची शक्ती वापरून असते. समोर वाढलेल्या पदार्थाला ज्यावेळी तळहाताचा किंवा बोटाचा स्पर्श होईल, तेव्हा अन्न चांगल्या भावनेने वाढलेले असेल, तर उदरामची प्रदीप्त होऊन, रुचितेमुळे तोंडाला पाणी सुटेल. तो पदार्थ आपण केव्हा खाता असे होऊन जाईल. परंतु समोरचे अन्न हे विकृत भावनेतून वाढलेले

असेल तर उदरानी मंदावतो, तोंडाची चव नाहीशी होते आणि जेवणाबद्दल अनास्था निर्माण होते. जेवूच नये असे वाटते. तृष्णाच स्थितीत जेवण केले तर ने अन्न पचत नाही. अपचन होऊन त्याचा शरीरावर वाईट परिणाम होतो.

हा परिणाम बदलण्याचे कार्य ॐकाराच्या उच्चाराने होते. ज्यावेळी मुळीच भूक लागत नसेल तेव्हा किंदा प्रदीर्घ आजारातून उठल्यावर ॐकाराच्या जपाने उदरानी प्रदीप्त होण्यास चांगली मदत होते. जिव्हेचे ज्ञानतंतू सूक्ष्मतम होतात. अगदी अत्यल्प फरक सुद्धा तिला कळू शकतो. यासाठी एक प्रयोग करून पाहवा.

पारा, सुवर्ण, तांबे, चांदी, माती, पिटळ, कासे व स्टेनलेस स्टील यातील उपलब्ध होतील अशी फुलपाशी घ्यावीत. ती विहिरीतल्या नैसर्गिक पाण्याने काठोकाठ भरावीत आणि ती एका लहानशा टेबलावर अर्धवर्तुळाकार मांडून ठेवावीत. त्या भांड्यांचा काठ आपल्या मुखासमोर येईल याप्रमाणे ठेवावा. नंतर खाली बसून त्या भांड्याकडे पाहून दहा मिनिटेपर्यंत दीर्घ ॐकार भूषावा. त्यानंतर प्रत्येक भांड्यातले पाणी थोडे थोडे पिऊन पाहवे. प्रत्येक भांड्यातील पाण्याची चव निराळी असल्याचे ध्यानी येईल.

याप्रमाणे केवळ ॐकाराच्या जपाने चवीमध्ये निर्माण होणारा फरक चांगल्याप्रकारे अनुभवास येईल. याप्रमाणेच या शरीराचे अन्य वस्तूंना होणारे स्पर्श किंवा अन्य वस्तूंचे अगर व्यक्तींचे साधकाला होणारे स्पर्श साधकाला त्याच्या परिणामासहित समजू शकतात. मात्र साधकाने याबाबतीत अतिशय दक्ष असले पाहिजे. कारण जगात घडणारा प्रत्येक व्यवहार हा संपूर्ण शुद्ध आणि सत्य असतोच असे मुळीच नाही. त्यामुळे मात्रकाला काही गोष्टींचे ज्ञान झाले तरी त्याला अन्यांच्या समोर ते स्पष्ट करता येत नाही. स्पष्ट करण्याचा प्रयत्न केला तर एखादेवेळी व्यावहारिक बटुताही निर्माण होण्याचा धोका उत्पन्न होतो. त्यासाठी सत्यं ब्रूयात् प्रियं ब्रूयात् न ब्रूयात् सत्यमप्रियम् । हे विद्वद्वचन लक्षात ठेवावे आणि त्याप्रमाण वागण्याचा प्रयत्न करावा. अर्थात तसे चांगले सामर्थ्य जर साधकाला प्राप्त झाले तर या स्पष्टवक्तेपणाचा देखील चांगला उपयोग होतो. पण त्यासाठी साधकाला विशेष तपस्येची आवश्यकता आहे. या सर्वांपेक्षा प्रारंभीच्या अवस्थेत साधकाने मौन पाळून आपली उपासना चालू ठेवणे हे सर्वात श्रेयस्कर होय.

१. अन्य दृश्यता

ॐकाराचा जप ज्या प्रमाणात अधिक होऊ लागेल आणि जसजसा तळ जाईल त्याप्रमाणे मानवी बेहात अनेक बदल घडतात. ह्या बदलांकडे स ठेवले म्हणजे ह्यातून आपली वाटचाल बरोबर आहे किंवा नाही।चीहि साधकाला कल्पना येईल. अर्थात हे फरक ताबडतोब घडतात असे 'त्र' नव्हे. साधारणपणे ६ वर्षांच्या तपस्येनंतर हे बदल लक्षात येतात.।धारण क्रमाने ते खाली दिले आहेत—

- १) तळपाय आणि टांचा यांचा रंग गुलाबी होऊन तळपाय मांजराच्या याप्रमाणे मऊ होऊ लागतात. वाळूवरून चालताना वाळू बोचत नाही.
- २) तळहात गुलाबी आणि मऊ होतात.
- ३) डोळे नेहमी भोलसर राहातात.
- ४) कपाळावर डोळ्यांच्या बरील भागात गंडस्थळे तयार होतात.
- ५) छाती जप करताना आरक्त होते.
- ६) अंधारात चालत गेल्यास पायाला ठेंब लागणार नाही. कारण। ठिकाणी पाय टाकावयाचा स्था जानेची स्थिती त्वरेने लक्षात येते. (चरचरणी होती डोळे)
- ७) जीभ पातळ होते आणि उच्चार स्वच्छ होतात.
- ८) निसर्गाबद्दलचे प्रेम वाढीस लागते.
- ९) अथक्यावरून ठठल्यावर त्याला सुरकुत्या पडलेल्या आढळणार। ते. शरीर हलके पण तेजोवान होते.
- १०) शरीर नेहमी ताजे आणि आर्द्र राहाते.



९

रोगोपशम

मानवी शरीर जन्माला आल्यापासून तो पडेपर्यंत निरोगी राहावे असे जरी सर्वांना वाटत असले तरी प्रत्यक्षात मात्र ते तसे घडत नाही. कारण हे शरीर अनेक रोगांचे वसतिस्थान आहे. आपल्या शरीराच्या भोवती सर्व रोग नेहमीच वावरत असतात. आपल्या कृतीने आपण आपल्या देहाचा दरवाजा अशा रोगांना न कळत उघडतो. ते तर त्याची वाटच पहात असतात. ताबडतोब ते या शरीरात प्रवेश करतात आणि थोड्याच दिवसात या शरीराचा ताबा घेतात. अशावेळी योग्य औषधोपचार झाला तर रोग नाहीसे होतात. परंतु तसे योग्य औषध मिळाले नाही तर मात्र

— कर्तव्य करायला हर करतो. काही

रोगांचे ठाणे या शरीरात फार काळ राहू शकते. अशा रोगांचे उच्चाटन किंसेक वेळी औषधाने होत नाही तेव्हा त्याला मंत्राची साथ द्यावी लागते. ॐकार हा सर्वश्रेष्ठ मंत्र असल्याने त्याचा उपयोग अशा रोगांवर होतो. या मंत्राचा उपयोग करण्याच्या दोन पद्धती आहेत. पैकी एका पद्धतीला वेध पद्धती असे म्हणतात आणि दुसरीला मंत्रभावना असे म्हणतात. वेध पद्धतीमध्ये केवळ ॐकार म्हणून काही अन्य प्रक्रियांचा अवलंब केल्यास रोग बरे होतात. परंतु मंत्रभावना पद्धतीमध्ये औषध म्हणून ज्या पदार्थाचा उपयोग करावयाचा त्यावर मंत्राची पुढे द्यावयाची आणि नंतर ते औषध घ्यावयाचे. माही रूणावस्थेत एकाच पद्धतीचा उपयोग करून चालतो तर काहींमध्ये दोन्ही पद्धती उपयोगात आणाव्या लागतात. या प्रकरणात काही रोगांच्या बाबतीतच माहिती दिली आहे.

१. उसण

शरीराच्या कोणत्याही भागात वेढाई होणे किंवा चमक भरते. विशेषतः पाठ, मान, कंबर या ठिकाणी ही उसण भरते. विशेष करून ही उसण नाहीशी करण्यासाठी अनेक उपाय केले जाताना, पण ती पूर्णपणे जात नाही. अशा वेळी त्यावर ॐकाराच्या जराचा उपाय उपयोग होतो. त्यासाठी करावयाची प्रक्रिया पुढीलप्रमाणे आहे.

ज्या ठिकाणी उसण भरलेली असते तो भाग पंच्याच्या फहक्याने पाण्याने पुसून घ्यावा. त्यावर पंच्याची चार पदरी ओली घडी ठेवावी. मांडी घालून खाली आसनावर बसावे आणि दार्व ॐकार म्हणण्यास सुरुवात करावी. याप्रमाणे दहा मिनिटे ॐकार म्हणावा. त्यानंतर दोन्ही हात लांब करावेत. मान उजवीकडे वळवून उजव्या हाताच्या मध्यमा बोटाकडे पाहावे. पुन्हा हात घाली आणून नमस्कार करावा आणि आसनावरून उठावे. उसण लगेच नाहीशी होईल.

परंतु हातापायांच्या स्नायूंमध्ये जर मुरगळणे दगरेसारखा दोष निर्माण झाला असेल, तेव्हा देखील अशाच पद्धतीचा उपचार करावा. परंतु हा उपचार अनेक वेळा मात्र करावा लागतो.

२. आंत्रव्रण

शरीराच्या आत असणाऱ्या अनेक अवयवांत निर्माण होणाऱ्या जखमांना आंत्रव्रण असे म्हणतात. निसर्गाचा असा निश्चित नियम आहे की, कोणतीही जखम सूर्याच्या उष्णतेने बरी होते. अर्थात शरीराच्या आतील भागात होणाऱ्या जखमांना सूर्यप्रकाश कसा मिळणार ? परंतु त्यासाठी असा एक पर्याय आहे की, ज्या पदार्थाच्या माफत सूर्यकिरण शरीराच्या आंतर-भागात पोहोचतील अशा पदार्थाचे सेवन करून त्यात अग्नितेज निर्माण करणे. ज्या पदार्थांमध्ये सूर्याचे तेज समाविष्ट होते, असे पदार्थ बहुतेक पांढऱ्या गराचे किंवा आंतरभागाचे पदार्थ होत. यामध्ये रताळे, शिंगाडे, मारळ, बदाम भिजवून बरचे साल आणि आतील सूक्ष्म फोंत्र काढून टाकलेले शेंगदाणे, दूध, तूप, लोणी यांचा समावेश होतो. या सर्व पदार्थांत दूध हा पदार्थ चांगला. कारण हा एकच पदार्थ असा आहे की, त्याने भूक आणि तहान दोन्हीही भागतात. मनुष्याने सेवन करण्याजोगे दूध म्हणजे गाय, म्हैस किंवा शेळी यांचे दूध. या सर्वांत गाईचे दूध सर्वांत चांगले. त्यातही काळ्या रंगाच्या गाईचे दूध अधिक चांगले. या काळ्या गाईमध्ये रातारात ताज्या दिवसभर बरणारी. प्रवाहित किंवा ज्यामध्ये आकाशाचे प्रमाण असे अशा तळ्यातले पाणी पिणारी गाय विशेष चांगली. अशा दूधाच्या आधारील अत्यंत उपयुक्त आहे. ह्या दुधातील अंतर्मूल्य काढून घेतले तर त्याचा चांगला परिणाम होतो. कोणतेही दूध तापविले की ते अधिक काळ टिकते. परंतु अलिकडे बरातील जुन्या भांड्यांची जागा निष्कर्षक पोल्वादी (स्टेनलेस स्टील) भांड्यांनी घेतली आहे. त्यात तापविलेले दूध आणि ते देखील वायुज्योतीवर (गॅस) तापविले तर ते दूध या रूपावस्थेत पूर्ण निरुपयोगी आहे. अशा दुधाचा उपयोग होण्याऐवजी अपाय होतो आणि दुखणे वाढत जाते. या सर्वपेक्षा मातीचे भांडे चांगले. या रोगाला उपयुक्त ठरणारे दूध म्हणजे मातीच्या भांड्यामध्ये गोबरीच्या मंद विस्तवावर तापविलेले दूध. ते न जमले तर निदान पितळेचे भांडे घ्यावे.

आंत्रव्रणाच्या रोग्यास दूध देऊ अन्न असते. दुधाशिवाय अन्य सर्व पदार्थ आहारातून वर्ज्य करावेत. बघोमानाप्रमाणे जो आहार असेल त्याचे जे

वजन असेल, त्या वजनाइतकेच दूध घ्यावे लागते. या दुधाचे एकूण चार भाग करावेत आणि ते दिवसातून चार वेळा प्राशन करावे. साधारणपणे मनुष्य कमीत कमी सोळा तास जागा झुंस्तो. म्हणजे एक चार तासांनी हे दूध घ्यावयाचे असते. या वेळा म्हणजे सकाळी ८, १२ दुपारी ४ आणि रात्री ८ हे दूध तापवून गार केलेले परंतु साखर न टाकलेले असावे. हे दूध अत्यंत सावकाश घ्यावे. घाई केल्यास त्याचा योग्य परिणाम घडण्यास अवघी लागतो. दूध घेतले की, अकाराचा दीर्घ जप करण्यास प्रारंभ करावा. साधारणपणे ३० मिनिटेपर्यंत सावकाशपणे हा जप करावा. त्यानंतर मात्र कोणाशीही न बोलता अर्धा तास पूर्ण विश्रांती घ्यावी. उताणे झोपावे. दूध घेतल्यापासून २ तासांनी प्यालेल्या दुधाच्या पाच हिस्सा गार पाणी घ्यावे. त्याचप्रमाणे सकाळी, दुपारी व चार वाजता जे दूध घेतले जाते, त्यापूर्वी अर्धा तास ज्या ठिकाणी आश्रयण असेल त्या भागावर ओल्या पाण्याची पंच्याची थंडी ठेवून केवळ दहा मिनिटे अकार म्हणावा. त्यानंतर योग्य वेळेवर दूध पिऊन पुन्हा अकार जप करावा. याप्रमाणे केल्यास जठरी गेलेले गार दूध अकाराच्या ज्वाने पुन्हा तापविले जाते. त्यावर अत्यंत पातळ अशी एक स्निग्ध साय निर्माण होते. ती साय या आतील वणावर चोपडली जाते. हळूहळू हे वण पूर्ण रे होतात, याप्रमाणे १८० दिवसांमध्ये हा रोग पूर्ण बरा होतो. यावेळी साधना कदाचित अशी शंका येण्याची शक्यता आहे की, केवळ दुधाचा आहार प्रत्येने अशक्तपणा वाढेल. हातून संकल्पित काम होणार नाही. परंतु याचे काहीही कारण नाही. आळस, थकवा किंवा अनुत्साह हे पूर्ण नाहीसे राहते. कामासाठी एवढी प्रचंड शक्ती निर्माण होते की, दिवसाचे दहा ते १२ तास जरी काम केले तरी थकवा जरा सुद्धा वाटत नाही. उलट कामात चांगले लागते. बुद्धीची कामे यावेळी फारच चांगल्या प्रकारे पूर्ण होतात. प्रयोग मी १९५७ साली स्वतःवरच केला. तेव्हापासून माझी व्याधी नष्ट झाली).

रक्तदाब व मधुमेह

श्रीमंत, सुखासीन, व्यसनी अशा लोकांच्या वाटचाला येणारी विकृती हे रक्तदाब आणि त्याचा सोबती किंवा अनुगामी असणारा म्हणजे मधुमेह.

दोन्ही रोग एकत्र असतीलच असे नाही. परंतु दोघांसाठी करावयाचे उपचार जवळजवळ सारखे आहेत. या रोगाच्या तीव्रतेची प्रतीक्षा सध्या उपलब्ध असलेल्या शास्त्रीय यंत्रे आणि उपकरणांनी करून घ्यावी. रक्तदाब कमी अगर अधिक असा दोन प्रकारचा आहे. हा रोगच उद्भवून येथे म्हणून भरपूर शारीरिक मेहनत आणि संत-वाङ्मयाचे विपुल वाचन नित्य असले पाहिजे. परंतु काही कारणाने या रोगाचा उद्भव झालाच तर मात्र या शारीरिक मेहनतीचा उपयोग तितकामा होत नाही. वाचनाचा उपयोग थोडाबहुत होतो.

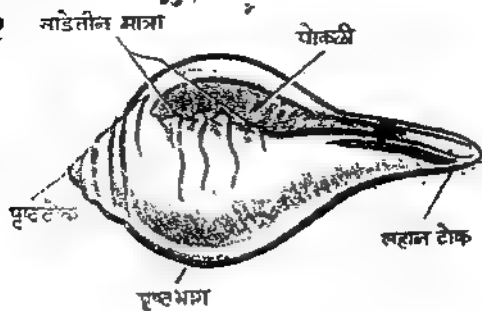
रक्तदाब असेल तेव्हा त्या रुग्णाने सकाळी सूर्योदयापूर्वी कोमट पाण्याने स्नान करावे. अंग पंच्याच्या फडक्याने टिपून घ्यावे. पाटाखेरीज कोणतेही आसन घ्यावे. त्यावर मांडी घालून बसावे. आचमन करावे. एक बिल्वदल (त्रिदल) घेऊन ते पाण्यात बुडवून मस्तकावर ठेवावे आणि समोर पाहून ॐकार म्हणण्यास प्रारंभ करावा. रक्तदाब अधिक असेल तर ॐ म्हस्व आणि कमी असेल तर दीर्घ किंवा प्लुत म्हणावा. हा जप कमीत कमी पंधरा मिनिटे-म्हटला पाहिजे. जप पूर्ण झाला की किंचित पाणी प्यावे आणि पाच मिनिटेपर्यंत स्वस्थ पडावे. याप्रमाणे संध्याकाळी स्नान न करता जप करावा. अन्य सर्व कृती मात्र पूर्वोक्तप्रमाणेच करावी. या उपचारास अंग कृतीमध्ये खंड होता कामा नये. याप्रमाणे तीनशे दिवस केल्याने या विकारातून मुक्त होता येतो. एखादे वेळी काही कारणाने स्नान करता आले नाही तर पंच्याच्या ओल्या फडक्याने अंग पूर्णपणे घुसून घ्यावे. उदरात नेहमी मूळच्या पाऊणपटच जेवावे. रात्री वही, मनासमवेत नदर, पाटासमवेत, घेऊ नयेत. जागरण बर्ज्य करावे.

मधुमेहाच्या बाबतीत मात्र म्हस्व ॐकाराचा जप पंधरा मिनिटे करावा. कमीत कमी एक ते दीड तास फिरण्याचा व्यायाम अत्यंत जरूर आहे. याशिवाय अल्पेक सप्ताहात तीन वेळा, सूर्योदयापूर्वी तांबड्या किंवा पांढऱ्या गार्दचे मूत्र संध्याच्या पाच घड्या घ्यावे. गोमूत्र अगदी ताजे असले पाहिजे. शिळ्या गोमूत्राचा उपयोग होत नाही.

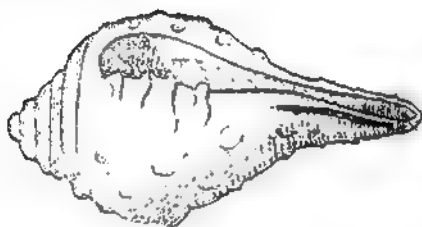
४. मूत्राशय विकृती

मूत्राशयाच्या अनेक प्रकारच्या विकृती आहेत. मुतसडा ही या अवस्थेची एक परिणत अवस्था आहे. हा सडा शस्त्रक्रियेने काढून टाकता येतो. पण त्या ऐवजी त्यासाठी सोप्या प्रक्रिया आहेत. त्यांचा अवलंब करावा.

या सर्व विकारात शंखाचे पाणी घ्यावे. मात्र शंख खरा असला पाहिजे. खरा शंख पारखण्याच्या पद्धती खालीलप्रमाणे आहेत.



शंख



शंखिणी

(१) शंखाचा पोकळ भाग कानाला लावला तर त्यातून समुद्राच्या लाटांसारखा आवाज येतो.

(२) अगदी गुळगुळीत पृष्ठभागावर शंख समरेषेत ठेवून त्यावर हलकेच बोट ठेवले तर तो आपल्या भोवती फिरतो.

(३) शंखाचे लहान टोक उजव्या हातात आणि डाव्या हातात मोठे टोक धरावे. शंखात थोडे पाणी घालावे आणि तो आपल्याकडील बाजूला पोल फिरवावा. आतील पाणी सांडता कामा नये.

(४) शंखाच्या आतील बाजूस साडेतीन कंगोरे (मात्रा) असतात.

(५) शंखाला बाहेर कुठेही उंच-सखलपणा असता कामा नये. ज्या

शंखाला असा उंच-सखलपणा किंवा शिखरे असतील ती मादी असते. तिचा उपयोग तिनकासा होत नाही.

हा शंख तांब्याच्या फुलपात्रात ठेवून भांडे पाण्याने पूर्ण भरावे. त्यावर काचेची बशी झाकण ठेवावी. तांब्याचे भांडे आतून आणि बाहेरून निष्कलंक असले पाहिजे. तसे ते निष्कलंक ठेवणे शक्य नसेल तर ज्यावर कमल्याही खुणा किंवा चित्रे नाहीत, असा काचेचा पांढरा ग्लास घ्यावा. हे पाणी सकाळी सहा वाजता भरून ठेवावे. ते संध्याकाळी सहा वाजता घ्यावे. पुन्हा संध्याकाळी ग्लास आणि शंख सुवावा आणि पाणी घालून पुन्हा बुडवून ठेवावा. ते पाणी सकाळी सहा वाजता घ्यावे. साधारणपणे दोन्ही पाणी घेण्याच्या वेळात थारा तासांचा अवधी ठेवावा. पण या सांगितलेल्या वेळापेक्षा फार निराळ्या वेळा मान असू नयेत. पाणी घेतल्यावर अर्धा तासपर्यंत चहा वगैरे काहीही घेऊ नये. सकाळी पाणी घेतल्यानंतर पोटाचा-किटनीचा भाग पाण्याने पुसून घ्यावा. त्यावर ओल्या पंख्याची बडी ठेवावी. चटईवर उनाणे झोपावे आणि दहा मिनिटेपर्यंत दीर्घ ॐकार म्हणावा. त्यानंतर आपल्या कामास लागावे. संध्याकाळी पाणी प्यास्यावर नुसते वसून दहा मिनिटे दीर्घ ॐकार म्हणावा. हे पाणी घेण्यास सुरुवात केली की, लवचीत घाण येऊ लागेल. काही दिवसात ती नाहीशी होईल. ज्या दिवशी ती नाहीशी होईल त्या दिवसापासून हे औषध लागू पडले असे समजावे. त्या दिवसात ही विकृती नाहीशी होईल.

उन्हाळ्याच्या दिवसात कित्येक वेळी उन्हाळे लागतात. अशा वेळी लवचीत प्रतिज्वर आग होऊन थोडी थोडी लवची अनेक वेळा होते. मनुष्य दर्शन होतो. अशा वेळी शंख पाण्यात बुडवून सहा तासांनी त्याचे पाणी घ्यावे आणि दहा मिनिटे ॐकार म्हणावा. ओटीपोटावर पाण्याची घडी ठेवावी त्याप्रमाणे दिवसातून तीन वेळा केल्यास दुसऱ्या दिवशीच ही विकृती पूर्णपणे जाते.

श्वित्र्यांच्या मासिक पाळीच्या वेळी त्यांचे पोट दुखते किंवा आग होते. योग्य प्रकारे घाण निघून जात नाही. चार दिवसांपेक्षा अधिक काळ थार

चालू असतो. ही नेहमीची स्थिती बसेल तर पाळीच्या पूर्वी चार दिवस आणि पाळीच्या नंतर चार दिवस ओटीपोटावर बसून न्हस्व ॐकार म्हणूया. पाळीच्या चार दिवसात केवळ घटी ठेवावी. ॐकार म्हणू नये, याप्रमाणे चार-पाच पाळ्यांच्या वेळी दक्षता बसली की, ही विकृती दूर जाते.

या विकृतीवर दुसरा उपाय आहे. तो म्हणजे अशोकाच्या वृक्षाखाली जाऊन अशोक वृक्षाची तीन पाने ओटीपोटाच्या कातड्याला स्पर्श करतील अशी निःश्याच्या आत्म्या बाजूस ठेवावीत. अशोक वृक्षाला टेकून बसावे आणि पंधरा मिनिटे न्हस्व ॐकार म्हणावा. त्यानंतर दहा मिनिटे स्वस्थ बसावे. पाने काढून न टाकता घरी यावे. सूर्यास्त झाल्यावर ही पाने काढून टाकावीत. अशोकाला टेकून बसताना पायांत पादत्राणे घालू नयेत. त्याप्रमाणे ज्यावेळी पाळी चालू असेल तेव्हा अशोक वृक्षाला स्पर्श करू नये. केवळ त्याच्या सावलीत फिरायला हरकत नाही. याप्रमाणे सतत १० दिवस करावे. ही सर्व विकृती निघून जाते.

१. दमा

ही एक विचित्र विकृती आहे. ती एकदा चालू झाली की कित्येक ठी ती जन्माची सोबत करते. इतकेच नव्हे तर काही वेळा एका पिढीतून पुण्या पिढीत देखील तिचा प्रवास चालू असतो. त्यामुळे या विकृतीची 'लजी नेहमीच' होते. यामध्ये अनेक प्रकार आहेत. काही जन्मापासून येवर आलेला असतो, काही विशिष्ट ऋतूमध्येच आपले अस्तित्व प्रकट करारा असतो, तर काही विशिष्ट कालापुरता परंतु नेमाने येणारा असतो. सर्वांचे मूळ म्हणजे कमकुवत प्राणवायू. त्या प्राणवायूंची शक्ती वाढ-याचा जर प्रयत्न केला तर दम्यावर देखील विजय मिळविता येतो. कोणत्याही प्रकारचा असो. त्यावर उपाय मात्र एकच आणि सर्वांच्या तीत सारखा आहे. ज्याप्रमाणे रोगाचे अस्तित्व अनेक वर्षांचे असते, माणे दमा पूर्ण होण्यास देखील तसे पाहिले असता जवळजवळ ४३२ 'लागतात. या सर्व कालात रोगाने आपले पथ्य धराराही सोडता नये.

याद्वारे सर्वांत चांगला उपाय म्हणजे, मागे सांगितल्याप्रमाणे शंखातील पाणी. साधारण दसा केव्हा चालू होतो, ते दगाला अनुभवावे चांगले समजते. त्यापूर्वी जवळ जवळ आठ दिवस या सर्व उपचारांना प्रारंभ करावा. सकाळी सूर्योदयापूर्वी अर्धा तास आणि संध्याकाळी सूर्यास्तानंतर अर्धा तासापर्यंत शंखातले पाणी प्यावे आणि त्यानंतर दीर्घ म्हणजे एका दमात चार वेळा याप्रमाणे ॐकार म्हणण्यास प्रारंभ करावा. हा ॐकार पंधरा मिनिटेपर्यंत दोन्ही वेळा म्हणावा. ॐकार म्हणताना जमेल त्याप्रमाणे तुळस किंवा निरांजन समोर ठेवून त्याकडे पाहून ॐकार म्हणावा. ॐकार म्हणून झाल्यावर तुळशीची तीन पाने खावीत. कृष्णतुळस अथवा रामतुळस कोणतीही असली तरी चालेल. रानतुळस किंवा माळेतुळस मात्र नको. यामध्ये महस्वाचे पथ्य म्हणजे तळलेले पदार्थ पूर्णपणे वर्ज्य करावेत. जेवण आवून सावकाश जेवावे आणि जेवण झाल्यावर फक्त ज्येष्ठमध्याचा बारीकसा तुकडा भरपूर वेळ तोंडात चघळावा.

दमा अधिक तीव्र असेल तर घरात स्वतः अगर आपल्या उपाध्यायांच्या हाते वैश्वदेव करावा. ज्यांना ते शक्य नसेल त्यांनी केवळ ॐ म्हणून अग्नी-मध्ये पाच आहुती द्याव्यात. या आहुतीमध्ये ताजा तयार केलेला भात आणि साजूक तूप व जमल्यास ओदुंबराच्या तीन समिधा असाव्यात. अग्नी चांगला पेटविल्याशिवाय मात्र हवन करू नये. हवन केल्यावर जो भात शिल्लक राहील तो दगाला स्वतः खावा. जेवण झाल्यावर डाव्या कुशीवर दहा मिनिटे स्वस्थ पडावे. केवळ दोनच वेळा नव्हे तर ज्याप्रमाणे वेळ अंमल त्याप्रमाणे, तितके वेळा दीर्घ ॐकार म्हणावा. त्यामुळे तोटा मुळीच होणार नाही. इतकेच नव्हे तर झाली निरोगीपणाला तर सायब मिळेल.

६. बद्धकोष्ठता

अलीकडे ही विकृती प्रकर्षाने जाणवू लागली आहे. याची प्रमुख कारणे म्हणजे भरपूर घूश्नपान, वेळी अवेळी जेवण, असली पदार्थांचे सेवन, जागरण आणि स्टेनलेस स्टीलच्या भांड्यांचा स्वयंपाकासाठी केलेला मुक्त हस्ताने वापर. स्टेनलेस दिसायला जितके चांगले तितकेच ते दुरुपयोगी आहे. कारण त्याच्या वापरामुळे पेरिसाड लोहाचे प्रमाण वाढते. अन्नपचन

योग्य वेळात होत नाही. त्यामुळे खरे पाहिले तर या विकृतीचा प्रादुर्भाव होतो.

यासाठी सर्वात पहिले पथ्य म्हणजे व्यायामी स्नाने संपुष्टात आणणे. स्टेनलेस स्टीलच्या भांड्यात तयार केलेले पदार्थ शक्य तितके कमी खावेत. सकाळी लवकर म्हणजे पाचव्या सुमारास उठावे. तांब्याच्या, मातीच्या, चांदीच्या, पितळेच्या किंवा काचेच्या भांड्यात रात्री भरून ठेवलेले किंवा ताजे असे दोन कप पाणी वसून प्यावे. त्यानंतर ३ मिनिटे न्हावे, ४ मिनिटे दीर्घ आणि ३ मिनिटे प्लुत अकार म्हणावा. याप्रमाणे केल्यास मलावरोध कमी होईल. थंड बाहेर टाकला जाईल. ही प्रक्रिया तीन महिनेपर्यंत केल्यास हा रोग कायमचा बरा होईल.

७. ज्ञानतंतूची शिथिलता

अनेक कारणांनी ही विकृती मानवामध्ये निर्माण होते. बाहेरच्या उपायानी ती जतिच असे नाही. यासाठी या अकाराचा अतिशय चांगला उपयोग होतो. रोज सकाळी सूर्योदयापूर्वी पंचामृत प्राशन करावे. त्याचे प्रमाण लाली दिले आहे. त्याप्रमाणे सर्व पदार्थ शुद्ध स्वरूपात एकत्र घेऊन ते एकापाठोपाठ एक याप्रमाणे एकत्र करावेत. त्यासाठी चांदीची वाटी किंवा काचेचा ग्लास चांगला.

असे भांडे घेऊन ते जमिनीवर ठेवावे. त्यात एक एक पदार्थ टाकावा आणि पंधरा वेळा दीर्घ अकार म्हणून तो ढवळावा.

१) दूध — पंधरा जमचे (चहाचे)

२) दही — तीन "

३) तूप — दोन "

४) मध — एक "

५) साखर — दोन "

हे सर्व पदार्थ एक झाले की, ते उत्तरेस लोंड करून सावकाशपणे प्राशन करावे, त्यानंतर तीन जमचे शुद्ध पाणी प्यावे आणि दहा मिनिटे प्लुत अकार म्हणावा. दूध, दही आणि तूप हे पदार्थ गाईचे मिळाल्यास त्याचा रिणाम लवकर दिसून येतो. परंतु म्हशीचे असल्यास गुण थोडा उशिरा

येतो. त्यासाठी आठवड्यातून एक वेळा पहाटे पाच चमचे ताजे गोमूत्र प्यावे. याप्रमाणे केल्यावर पंधरा मिनिटे पूर्ण विश्रांती घ्यावी. जेवणांत पिष्टमय पदार्थ खाताना त्याबरोबर पालेभाज्या मुद्दाम खाव्यात. जेवण पूर्णपणे न जेवता जेवढा आहार असेल त्याच्या ३/४ घ्यावा. जेवण झाल्यावर शोषण्याच्या-पूर्वी पाच मिनिटे दीर्घ ॐकार म्हणावा. साधारणपणे पंधरा दिवसात ही विकृती पूर्णपणे जाते.

यावर दुसरा उपाय म्हणजे गाईच्या तुपाचा. जितके जुने गाईचे तूप मिळेल तितके ते घ्यावे. काचेच्या बाटलीत ते ठेवून तुपाच्या १।१० बजनाचे सुवर्ण त्यात टाकून ती बाटली सूर्याच्या उन्हात ठेवावी. याप्रमाणे तीन दिवस करावे. चौथ्या दिवसापासून रोज रात्री शोषताना या तुपाचे दोन थेंब प्रत्येक नाकपुडीत घालावेत. त्यावेळी नाकपुडीची टोके छपराकडे होतील याप्रमाणे शोषावे. तूप नाकाच्या अन्व भागाला स्पर्श न करता बरोबर मध्यावर सोडावे. ज्या नाकपुडीतून दवास येत असेल त्या नाकपुडीत तुपाचे थेंब नंतर टाकावेत. दुसऱ्या नाकपुडीत प्रथम टाकावेत. थेंब टाकल्यावर पाच मिनिटे त्याच अवस्थेत शोषावे आणि मग नेहमीप्रमाणे शोषावे. सकाळी लवकर उठावे. तोंड धुऊन टाकावे. आसनावर अथवा अंधशुणावर मांडी घालून बसावे आणि अगदी सावकाशपणे दहा मिनिटे दीर्घ ॐकार म्हणावा. या-प्रमाणे केवळ दहा दिवस केले असता ही विकृती दूर होते. इतकेच नव्हे तर सतत ३३ दिवस केल्यास संपूर्ण जन्मात तिचा पुन्हा प्रादुर्भाव होणार नाही.

८. मुरलेली सर्दी

या रुग्णतेचा त्रास चालू झाला की, डोकेही दुःख लागते काम सुचत नाही. बीषधे तात्पुरती लागू पडतात. यावर चांगला उपाय म्हणजे रोज सकाळी प्लुत ॐकार म्हणणे. सकाळी लवकर उठावे. याचमुखमार्जन करावे. आसनावर बसावे आणि प्लुत ॐकार म्हणण्यास प्रारंभ करावा. हा म्हणताना एकदा डावी आणि एकदा उजवी नाकपुडी हाताच्या अगठ्याने दाबून बंद करून ठेवावी. याप्रमाणे दहा मिनिटे ॐकार म्हणावा. रात्री गाईच्या तुपाचे दोन थेंब नाकात टाकावेत. मात्र ते तूप बर सांगितल्याप्रमाणे सुवर्ण स्पर्शाने

तयार केलेले असावे. हे तूप घातल्यावर कोणाशीही बोलू नये. शांतपणे सोपावे याप्रमाणे तेहतीस दिवस करावे. सर्दी कायमची दूर होईल.

९. वात (गॅसेस)

वाढत्या वयात अनेकांना छळणारा असा हा रोम आहे. पोटात एकदा गॅसेस होऊ लागले म्हणजे त्याचा त्रास खूपच होतो. या त्रासातून आनवण होण्याची मोठी शक्यता असते. त्यामुळे या प्रारंभिक अवस्थेत या रूग्णतेची काळजी घेणे जरूर आहे. यावेळी आपण वायू वर ठकलला जातो. त्याला छाली तरी आणला पाहिजे किंवा त्याचे नाव किंवा कूकर या उपवायूमध्य उरी रूपांतर करणे आवश्यक आहे. पोटात मोठी आर्द्रता निर्माण होते. यामुळे पोटावर जर आपण बोटांचा आघात केला तर पाण्याचा मूळचा नाद बुद्-बुद् आणि वायूचा मूळचा नाद 'बिस्' यांचा मिश्र ध्वनी ऐकू येतो. मध्ये ज्याचे आधिक्य असेल त्याप्रमाणे उपाय करावा लागतो. ज्याने त्याने नाद मुद्दाम स्वतः ऐकून त्याचे निदान करावे. पोटावर येडी हा मध्य धरून रज्या बाजूला आणि डाव्या आणि उजव्या बाजूला निरनिराळे पाहावे. टावर उपडा हात ठेवून किंचित मार द्यावा आणि दुसऱ्या हाताच्या बोटांनी 'हातावर आघात करावा. जो नाद निर्माण होईल तो दारकाईने ऐकावा. प्रमाणे एकदा परीक्षा झाली की, उपाय करणे सोपे जाते. एखादे वेळी हा द तीट समजला नाही आणि उपाय केला तरी त्यात काही काही होत ही फक्त निदान आणि त्याप्रमाणे उपाय यांची सांगत आतली की, त्याचा ज्ञान जरा लवकर दिसेल. अन्यथा गुण थोडा उद्योग येईल. केवळ पाण्याचा राज ऐकू आला तर पोट मार पाण्याने घुसून द्यावे. त्यावर ओल्या हाची घडी ठेवावी. घटईवर उताणे सोपावे. उशी वर्गरे घेऊ नये. त्याच स्थेत दीर्घ ॐकार म्हणावा. दहा मिनिटांनी घडी काढून टाकावी. याप्रमाणे रिकामे असताना सकाळ-संध्याकाळ करावे. गॅसेसचा त्रास पूर्णपणे त्रास एकूण चारही दिवस लागतात. ज्यावेळी वायूचा नाद येईल तेव्हा न धालून बसावे आणि न्हस्व ॐकार दहा मिनिटे रोज दोन वेळा वा. या न्हस्व उच्चारण्या बाबतीत एका दमात ती आठ वेळा म्हणून निर्देश केला आहे. परंतु त्या ऐवजी बाळपेक्षा अधिक कसा होईल याचा

प्रयत्न करावा. तो जितका जास्त होईल तितका चांगला. ॐकार म्हणून झाल्यावर पाय लांब करून आणि गुढ्याला आपले मस्तक लावण्याचा प्रयत्न करावा. प्रारंभाला ते लागणार नाही पण पुढे पुढे ते व्यवस्थितपणे लागू लागेल. ज्यावेळी हा आवाज समिष्ट असेल तेव्हा मागे सांगितल्याप्रमाणे सकाळी आणि संध्याकाळी शंखाचे पाणी घ्यावे. त्यानंतर पोटा पाण्याने ओले करून दहा मिनिटे म्हस्व ॐकार म्हणावा. जर बरोबर निदान करता आले नाही तर शंखाचे पाणी पिऊन, त्यानंतर एक तासाचे पाण्याची बडी पोटावर ठेवून दहा मिनिटे दीर्घ ॐकार म्हणावा. हा उपचार चालू असेपर्यंत रात्री दही, तळलेले पदार्थ किंवा अन्य वायूळ पदार्थ खाऊ नयेत. रात्री झोपताना मार, साथ काढलेले आणि साखर न टाकलेले दूध साधारण अर्धा ते पाऊण कप घ्यावे आणि नंतर झोगावे. या रुग्णाने आणखी एक काळजी घेणे आवश्यक आहे आणि ती म्हणजे आपण जे अन्न खाऊ, ते सर्व सावकाश आणि चाबून खावे. त्याप्रमाणे पोटा पूर्ण भरेपर्यंत कंटाही जेवू नये. थोडे कमी जेवावे. दिवसातून केवळ दोन वेळ जेवण आणि सकाळी व दुपारी दोन वेळा चहा या व्यतिरिक्त अन्य काही नाऊ अन्न पिकू नये. शक्यतो असा प्रयत्न करावा. त्याने गुण लवकर येईल.

१०. फोदस

मैदूच्या विकृतीमुळे किंवा मणव्यामध्ये निर्माण होणाऱ्या विकृतीमुळे फोदस येतात असे सर्वसाधारण निदान आहे. यावर ॐकाराचा चांगला उपयोग होतो. अशा माणसाने रोज सकाळी पचगव्य घ्यावे. (पचगव्य तयार करण्याची रीती ॐकार किमया भाग १, पान १३२ वर दिली आहे. त्याप्रमाणे ते करावे) त्याचे प्रमाण खालीलप्रमाणे आहे.

गार्हचे दूध	चहाचे चमचे १२
„ दही	„ २
„ तूप	„ १
„ मूत्र	„ २
„ क्षेण	„ अर्धा

ते समंत्रक करता आले नाही तर केवळ ॐ म्हणून जरी तयार केले
 ी चालेल. रोज ते दहा चहाचे चमचे इतके ध्यावयाचे आहे. तसे ते घेता
 ी शक्य नसेल तर केवळ योमूत्र पाच ॐ च्या ध्यावे. हे अगदी सकाळी
 हीही स्नाण्याच्या अगर पिण्याच्या पूर्वी ध्यावयाचे आहे. हे घेतल्यावर
 ाराचा दीर्घ जप पंधरा मिनिटेपर्यंत करावा. ज्यांना गायत्री जप करता
 ा शक्य आहे त्यांनी त्रिपाद गायत्री मंत्र म्हणावा. हा मंत्र १०८
 ा उच्चारणे आवश्यक आहे. संध्याकाळी पुन्हा पंधरा मिनिटे ॐकार
 गावा. त्यावेळी गायत्री म्हणू नये. झोपताना खाली घोंगडी ध्यावी. पलंगा-
 शक्यतो झोपू नये. बोलताना अत्यंत सावकाश बोलवे. साथकल आणि
 णे या गोष्टी वर्ज्य कराव्यात. रात्री झोपण्यापूर्वी किंवा सकाळी स्नानाच्या
 ि अर्धा तास भाईचे तूप मस्तकापामून अगदी खालच्या मणक्यापर्यंत
 लावे. स्नान करताना समशीतोष्ण पाण्याने स्नान करावे. एकदम गरम
 ा अती थंड पाण्याने केव्हाही स्नान करू नये. स्नाप्रमाणे बाहेर हिडताना
 चे किरण मानेवर आणि त्यावरील मस्तकाच्या मागील भागावर पडणार
 ीत याची खात्री घ्यावी. त्यासाठी चांगले शिरोमूषण वापरावे किंवा
 ा वेळी बाहेर जाऊ नये.

१. दृष्टिदोष

वयाच्या चाळीसनंतर साधारणपणे चष्मा लागतो. परंतु त्यापूर्वी जर
 ते अंधू झाले तर त्यावर तातडीने उपाय करावा लागतो. त्यातल्या त्यात
 उपाय अधिक चांगले आहेत.

(१) डोळे रोज तुरटीच्या पाण्याने धुवावेत. सकाळी लवकर स्नान
 वे. भुवयांमध्ये गंधाचा रवा, चदन किंवा हळकुंड उगाळून ते गंधासारखे
 लावे. समोर दीड हात लांबीवर डोळ्यांच्या समरेषेत ज्योत येईल
 माणे नीरांजन अथवा समई लावून ठेवावी. त्या समईकडे शक्यतो
 णी न हालविता एकटक पहात दीर्घ ॐकार पाच मिनिटेपर्यंत म्हणावा.
 िंतर डोळे घट्ट मिटावेत आणि पाच मिनिटे ॐकार म्हणावा.
 िंतर पुन्हा ती ज्योत पहात पाच मिनिटे दीर्घ ॐकार म्हणावा. पाच
 ाटे झाल्यावर डोळे झाकून ध्यावेत आणि स्वस्थ वसावे. पाच मिनिटा-

नंतर त्यांना पाण्याचा हात लावावा आणि उठावे. याप्रमाणे रोज पहाटेच सूर्योदयापूर्वी करावे.

(२) रोज सकाळी उगवता सूर्य पाहावा आणि तो पाहताना दीर्घ ॐकार म्हणावा. सूर्याकडे केवळ दहा मिनिटेच पाहावे. दहा मिनिटे संपली की, डोळे घट्ट मिटून पाच मिनिटे स्वस्थ बसावे. नंतर पुढील कार्यक्रमास लागावे. याप्रमाणे एक वर्ष करावे लागते.

(३) ज्याचे डोळे विघडले असतील आणि दृष्टी फार कमकुवत झाली असेल त्याने साधारणपणे आश्विनाच्या महिन्यात या प्रयोगाला प्रारंभ करावा. या महिन्यापासून दंब पडण्यास प्रारंभ होतो. ज्या ठिकाणी खुरटे गवत आहे अशी जागा शोधून काढावी. सूर्योदया पूर्वी उठावे. प्रातःकार्यक्रम उरकावेत. डोळे एकदा मार पाण्याने धुवावेत. या स्थळी जावे आणि त्या गवतावरून अगदी सावकाश अनवाणी चालण्यास प्रारंभ करावा. तोंडाने दीर्घ ॐकार म्हणावा. याप्रमाणे पंधरा मिनिटे चालावे आणि तोंपर्यंत ॐकार म्हणावा. पंधरा मिनिटे संपल्यावर बरी येऊन हळद आणि तुरट्टी यांच्या पाण्याने डोळे धुवून टाकावेत. दंब असेपर्यंत हा प्रयोग करता येतो. त्यामुळे एका वर्षाच्या प्रयोगाने हे कार्य होत नाही. कमीत कमी तीन वर्षांचा प्रदीर्घ अवधी यासाठी लागतो.

१२. अपत्यहीनता

मानवाच्या ममारी जीवनात अपत्यप्राप्ती ही सर्वोच्च सुखमयता होय. सामान्य जीवांचा विचार करता यात निसर्गाने आपले संपूर्ण साहाय्य मानवाला दिलेले आहे. जसे असताही काही संसारात अपत्यहीनता प्रत्येकाला येते. अर्थात त्याला विविध कारणे आहेत. सर्वच कारणांचा उद्‌घाट हा ठिकाणी करता येणार नाही. तरीपण काही कारणे पुढील मार्गदर्शनाच्या उद्‌देशाने नमूद केल्याम अग्रस्तुत ठरणार नाही.

(१) तारुण्याच्या प्रारंभात विविध संगतीमुळे लागलेल्या असंयमी सवयी. या सवयीमुळे अवयवांना क्षीणता प्राप्त होते.

(३) अपरिपक्व नरुणावस्थेमध्ये केलेला शरीरसंबंध.

(२) मानसिक कुत्रिम भीती.

(४) विकृत मार्गदर्शनाखाली केलेली योगासने.

(५) विकृत, भोगवासना निर्माण करणारे लिङ्गान, वाचन, मनन वगैरे.

(६) आकस्मिकपणे इंद्रियांना प्राप्त झालेली परंतु बरेच दिवस त न आलेली शारीरिक विकृती.

ह्या सर्व विकृती स्त्री-पुरुष दोघांच्याही बाबतीत असतात. अर्थात प्रत्यक्षता मात्र संसारी जीवनाला प्रारंभ झाल्यावर काही दिवसांनी गाला येते. या विकृतीमुळे पुरुषांच्या जवळ असणाऱ्या जननजंतूंना (२) दुर्बलता प्राप्त होते आणि त्यांचे आयुष्य तात्काळ संपते. त्याच-
ने स्त्रियांची धारणाशक्ती फारच कमी होते. त्यामुळे दोघांपैकी कोणाही वी विकृती अपत्य हीनतेला कारणीभूत होते. त्यामुळे संसारी जीवनात चा प्रवेश होतो. पुरुषांपेक्षा ही उणीव स्त्रियांना तीव्रतेने जाणवते. दिवस पुरुष हा अभाव सहन करू शकतात. कारण त्यांच्या नित्याच्या आय्यात बहुतेक काळ व्यतीत होतो. परंतु स्त्रीचे ससे नाही. नोकरीच्या ताने बाहेर राहणाऱ्या स्त्रियांना सुट्टा हा अपत्याभाव त्रास देतो. ही अवस्था धड निला मज्ज करता येत नाही, दुसऱ्याला सांगता येत आणि त्यावर उपायही लवकर मिळत नाही. त्यामुळे दुःखातून काळजी काळजीतून शिःका जन्म देते. ह्या सर्व विकृतीवर अंकार हा अर्थात उपाय आहे. त्याच्या प्रक्रिया प्रत्येक विकृतीनुरूप भिन्न आहेत. त्या सर्व ने लक्षात घेऊन सूक्ष्म उपाय अवलंबिले तर त्यातून ही विकृती दूर येते. प्रत्येकाने आपली परीक्षा आपणच करावी.

पुरुष-

१) तळहात राठ - सूक्ष्म त्याच्या सूक्ष्म संवेदना लोपलेल्या असतात.

२) ओटीपोटाचे व तनात जरीराच्या अन्य भागांपेक्षा अधिक असते.

३) भोगेच्छा अर्थात मन्द किंवा मुळीच नसते.

स्त्रिया-

१) मासिक पाळी २७^१ दिवसांची असली पाहिजे आणि ती नियमित

२) ओटीपोट तप्त असते.

३) स्तनांचा मऊपणा कमी होतो.

४) हात कडक व राठ बनतात.

५) स्वभाव तापट आणि निरुत्साही बनतो.

अथ-मागे स्नान केल्याप्रमाणे सकाळी आणि संध्याकाळी स्नानादक घेणे जरूर आहे. ते घेतल्यावर बोटीपोटावर गार पाण्याची घडी ठेऊन दहा मिनिटेपर्यंत दीर्घ अंकार म्हणावा. विशेषतः सकाळी स्नान झाल्याबरोबर अर्धा तासपर्यंत केवळ कटिवस्त्र धारण करून अंग मोकळे ठेवावे. आठवड्यातून दर रविवारी पहाटे शंखाचे पाणी पिण्यापूर्वी ३ तास ५ चमचे ताजे गोमूत्र घ्यावे आणि दर गुरुवारी पंचामृत घ्यावे. ते तयार करण्याची पद्धती खाली दिली आहे. दूध, दही व तूप हे पदार्थ गाईचे मिळाले तर फारच उत्तम. न मिळाल्यास म्हशीचे चालतील.

दूध-	१० चमचे (चहाचे)
दही-	३ "
तूप-	२ "
मध-	१ "
साखर-	२ "

हे सर्व पदार्थ एका चांदीच्या पेल्यात एकत्र करून ठवळावेत आणि एकत्रच झाल्यावर प्राशन करावेत. स्त्रियांच्या अंगी स्थूलता असेल तर गोमय आठवड्यातून दोनदा घ्यावे. पंचामृतात तूप १ चमचा व मध २ चमचे असे प्रमाण बदलावे. डोक्यावरून स्नान करताना स्त्रियांनी शिकेकाई आणि अंगलकटो यांची पूड २:१ या प्रमाणात एकत्र करून त्यात १ चमचा चिना अथवा लिंबाचा रस घालावा. जरूरीप्रमाणे पाणी मिसळावे आणि त्याने केस धुवावेत. रात्री झोपण्यापूर्वी घडी ठेवून पोट गार करावे. मात्र त्यापूर्वी मग ते संध्याकाळी शंखाचे पाणी घेतलेले असावे. अर्थातच संध्याकाळी पाणी घेतल्याबरोबर पोटावर घडी ठेवून अंकार म्हणण्याची आवश्यकता नाही. स्त्रियांनी ते कार्य रात्री करावे. अंकार म्हणताना कपडे ढिले करावेत. रात या जेवणातून तळलेले पदार्थ, दही, गुंभी आणि गारी पेये आणि अंड्या-मुट्टा मासाहार पूर्ण टाळावा. या प्रक्रियेतून गुण येण्यास साधारणपणे सहा महिन्यांचा अवधी लागतो.

वर उल्लेख केलेली प्रक्रिया सामान्य स्वरूपाची आहे. प्रत्येकाच्या प्रवृत्ती आणि विकृतीमानाप्रमाणे त्यात बदल करणे आवश्यक असते. अर्थात

याची चिकित्सा जाणत्या माणसाकडून करवून घेऊन पुढील सुयोग्य मार्ग-
ज्ञान मिळवावे. मध्येकाच्या कृतीप्रमाणे त्याला त्याचे फळ प्राप्त होते.

१५५ प्रकरणात केवळ साधारण माधुली रोगांची माहिती दिली आहे.
सर्व करताना त्याच्या मागे अनुभवाचे भांडवल आहे. त्या त्या प्रक्रियां-
धून गोचर होणारे यक्ष निश्चित स्वरूपाचे आहे. मात्र त्यासाठी अधीरता
जलत नाही. गुण उशीरा येतो एवढाच या सर्व क्रियेमध्ये एक महान दोष
हो. अन्यथा बिनखर्चाची, कमी कष्टाची अशी अन्य प्रक्रिया नाही.

असे प्रदीर्घ कालापर्यंत त्रास देणारे अनेक रोग आहेत. सर्वच रोगांची
जल घ्यायचे म्हटले तर तो एक स्वतंत्र संवद होईल. एखाद्या रोगाचे
दान करून औषध घेत असता त्याचा योग्य ठो गुण स्वरेने येत नाही, असे
सून आल्यास औषध घेण्याच्या पूर्वी काही काळ ॐकार म्हणावा. नंतर
औषध घ्यावे आणि पुन्हा काही काळ ॐकार म्हणावा. औषधाचा गुण
जाने येऊ लागतो.

आयुर्वेद हे एक पुरातन शास्त्र आहे. अनेक वनस्पतींमध्ये जे अनेक
आहेत, त्यांचा उपयोग शरीरस्वास्थ्यासाठी करण्यात चरकादो ऋषींनी
बऱ्यात परिश्रम केले. या वनस्पती औषधांसाठी वापरावयाच्या म्हणजे
तोडावयाच्या असतात. वनस्पती तोडणे म्हणजे तिचे जीवित संपविणे
आहे. परंतु तसे ते न करता या वनस्पतींमधील काही भाग काढून
वासाठी जी क्रिया सांगितली आहे, त्यात त्या वनस्पतीची प्रार्थना म्ह-
णजे आहे. ती प्रार्थना म्हणजे एक महान मंत्र असून, या मंत्राच्या योगे
वनस्पतीमारुप. समजीवी वस्तूवर विशिष्ट परिणाम होऊन त्या मंत्र
गंगाच्या आधीन होतात. इतकेच नव्हे तर त्याच्या इच्छा आणि भावना
त अनुकूल ठरतात. वनस्पतींना देखील जीवन आहे, सुख-दुःखांचे भाव-
णाम आहेत. हे आता नव्याने सिद्ध करण्याची आवश्यकता नाही.
जे ऋषीमूनी तत्कालांजवळ संभाषण करीत असत. कविकुलगुरु फाल्गि-
ने आपल्या अभिज्ञान-शाकुंतलाच्या तिसऱ्या व चवथ्या अंकात हा
उत्तम रीतीने चित्रित केला आहे. वनवेळीचे सुख-दुःख शकुंतला
त होती यकश्चित प्रियकरेच्छू कन्येचे हे भाव आहेत, तर
म केलेल्या प्रार्थनेचा परिणाम त्या वृक्षवेळीवर होईल यात

विशेष काहीच नाही. पूर्वीच्या काळी जे मंत्र उपयोगात आणित असत ते मंत्र नाहीसे झाले किंवा त्यांचा प्रभाव कमी झाला, असे मुळीच नाही. प्रभाव कमी झाला तो त्या वनस्पतींचा उपयोग करणाऱ्या मानवाचा. अत्यंत शुचितेची, आणि सद्भावनेची बैठकच मुळी मानवाने आपल्या विविध कृतींनी शिथिल केली आहे. ती बैठक ज्याच्याजवळ आहे त्याच्या प्रार्थनेचा उपयोग झालाच पाहिजे. त्याप्रमाणे त्या त्या औषधी आणून त्यांचे औषध तयार करताना सुद्धा मंत्राचा उपयोग केला जात असे. परंतु यंत्राच्या साहाय्याने औषधे खलण्याचे कार्य चालू झाल्याबरोबर मंत्रभावनेची क्रिया बंद झाली. त्यामुळे औषधाचा दर्जा खालावला. पूर्वीचा गुण त्यामध्ये राहिला नाही. हे सर्व जरी खरे असले तरी औषध घेणाराने तरी त्या औषधावर मंत्रभावना करावी (मंत्रभावना करणे म्हणजे मंत्राची पुढे देऊन त्या औषधाचा गुण वाढवणे.) आणि मग ते औषध प्राशन करावे. आवश्यक ते मंत्र येत नाहीत म्हणून स्वस्थ वसण्याचे काहीही कारण नाही. ॐ हा सर्व मंत्रांचा राजा आहे. त्यामध्ये सर्व मंत्र समाविष्ट आहेत. त्यामुळे कोणत्याही वेळी आणि कोणत्याही स्थळी ॐकार म्हणून औषधावर प्रतिया कराव्यात किंवा औषधे सेवन करावीत. गंगेच्या पाण्यामध्ये रोगजंतू जिवंत राहू शकत नाहीत, त्याप्रमाणे मंत्रभावित औषधाने रोग नाहीसा होईल. असे पवित्र्य आणि सामर्थ्य औषधामध्ये येते. औषध देणारा माझा प्रतिपालक आहे. मी अनेक वर्षे जगावे अशी त्याची इच्छा आहे. त्या वंशाच्या इच्छेला आणि औषद्याला किती उच्चतम मान द्यावा याचा निर्देश करताना -

औषधं जान्हवीतीर्थं बंधो नारायणो हरिः ।

अशा सार्थ वाक्याने केला आहे.

जी स्थिती औषधाची आहे, तीच स्थिती आहार-धान्याची आहे. शेतात पिकणारे धान्य उत्तम रीतीचे निरोगी असे तयार व्हावे, यासाठी त्या पिकांना केवळ खत घालून चालत नाही, तर त्या धान्य रोपांना अकृत्रिम नादाची जर साथ मिळाली तर ती पिके अधिक निरोगी ठरतील. परंतु आजच्या पिकाची कथाच काही निराळी आहे. अगदी बारकाईने जर या उत्पादनक्रियेचा विचार केला तर ही अवस्था कळून येण्याजोगी आहे. निर्वाळलेल्या जमिनीत बी पेरले की ते विशिष्ट दिवसाने तयार व्हावे, हा

सर्गनियम आहे. ते बी जमिनीमध्ये अंकुरते. तो अंकुर त्याला आवश्यक ती
ये खेचून घेतो आणि त्याचे रोपात रूपांतर होते. रोप मोठे होते तेव्हा
मिनीत असणारे द्रव्य खेचून घेते. ही कर्षण शक्ती आणि किती द्रव्य कर्षण
रावण्याचे हे मिसगनि ठरवलेले आहे. याच कर्षण केलेला रस-द्रव्य पूर्ण पचला
णजे दुसऱ्या दिवशीचा रस घेण्यास ते रोप सिद्ध होते. असे रोजच्या रोज
लेल्या रसाचे पचन होता होता फळामध्ये सर्व गुणधर्म योग्य प्रमाणात साठ-
ले जातात. ती फळे-धान्य सेवन केले म्हणजे पचते. अन्न पचले म्हणजे
गली शक्ती निर्माण होते. परंतु पहिले अन्न पचता दुसरे खाल्ले किंवा एकाच
ने दोन वेळेचे जेवण घेतले तर त्या मनुष्याची जी अवस्था होईल तीच
स्था या रोपांना उसने खत देऊन जलदीने वाढविण्याच्या प्रयोगात होईल.
खतामुळे रोपांची वाढ भरपूर होईल. त्यावर आलेले धान्यकण टपोरे
तील, पण त्याची छाननी केली तर नैसर्गिक खताच्या योगाने निर्माण
केल्या धान्यामध्ये जी पोषण द्रव्ये अस्तित्वात असतात तिती तरी नाही-

पण त्यांच्या निष्ण्याने सुद्धा ही पोषण द्रव्ये त्यात समाविष्ट झालेली
आत. त्यामुळे अशा धान्याची चव सुरस होणार नाही. ते धान्य मानवाला
किंवा पशुपक्ष्यांना काय, निश्चितपणे निरोगी करणार नाही. पोट भरेल
आ धान्याच्या आकारमानाप्रमाणे, पण त्यातून पोषकरस मात्र अत्यल्प
न पोषाच अधिक राहील. त्यामुळे मानवाला लड्डू होता येईल, पण
यामध्ये जी सहनशीलता किंवा कार्यप्रवणता हवी, ती मात्र त्यामानाने
र नाही. अशा विचित्र धान्याशी आपली रोज गाठ पडने. ते अन्न नीट
ने किंवा अंगी लागावे असे वाटत असल्यास ते अन्न निर्माण करण्याच्या
प्रारंभीच्या प्रक्रियेपासून ते अन्न तयार होईपर्यंत त्यावर मंत्रनाचना
स त्यातला अधिक गुण आपल्या वाटच्याला येईल. याच कल्पनेने निर-
ठ्या पिकांवर संगीताचे प्रयोग करून त्यांची वाढ करण्याचे प्रयत्न
सत देशांत चालू आहेत. अन्य कोणत्याही संगीतापेक्षा अ वा मंत्राने
मध्ये सर्व तऱ्हेची अधिकता निर्माण करता येईल, त्याचा परिणाम नव-
र होईल आणि मानवाला आपल्या खऱ्या निरोगीत्वाचा विकास
येईल.





॥ मांडुक्योपनिषद् ॥

ॐ भद्रं कर्णेभिः शृणुयाम देवाः ।

भद्रं पश्येमाक्षभिर्यजत्राः ॥

स्थिरैरङ्गैस्तुष्टुवाग्ँसस्तनूभिः ।

व्यशेम देवहितं यदायुः ॥

स्वस्ति न इन्द्रो वृद्धश्रवाः ।

स्वस्ति नः पूषा विश्ववेदाः ॥

स्वस्ति नस्तार्क्ष्यो अरिष्टनेमिः ।

स्वस्ति नो बृहस्पतिर्दधातु ॥

ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ॥

वांगले तेच आम्ही कानांनी ऐकू. दृग्गारक गोष्टीच आम्ही डोळ्यांनी पाहू (आणि) ईश्वराने दिलेले हे जे आवृण्व, त्याची स्तुति करण्यात घालवू. प्राचीन व ज्ञानी असा इंद्र, सर्वज्ञ सूर्य, मकटनागक गरुड आणि बृहस्पति आमचे कल्याण करोत.

ॐ इत्येतदक्षरमिद् सर्वं तस्योपनिषत्स्थानम् ।

भूतं भवत्भविष्यादिति सर्वं ॐकार एव ।

यच्चान्यत् त्रिकालातीतं तदपि ॐकार एव ॥ १ ॥

ॐ हे अक्षर या अविनाशी ब्रह्माचे वाचक चिन्ह आहे हे जे भूत वर्तमान आणि भविष्यकाळी असणारे (विश्व) त्याचे हे स्पष्टीकरण आहे. तिन्ही काळांच्या पलीकडे असणारे सर्व काळी ॐकारच आहे.

सर्वं ह्येतद् ब्रह्मायमात्मा ब्रह्म सोऽयमात्मा चतुष्पात् ॥ २ ॥

सर्वं दृश्य (विश्व) ब्रह्म आहे. हा आत्मा ब्रह्म आहे. त्या आत्म्याला चार चरण म्हणजे पाद अगर मात्रा आहेत.

जागरितस्थानो बहिष्प्रज्ञः सप्ताङ्ग एकोनविंशतिमुखः
स्थूलसुक्ष्मदानरः प्रथमः पादः ॥ ३ ॥

जागरित (नेत्रांचे) ठिकाणी वस्ती करणारा. केवळ बाह्य विषयांचे ज्ञान असणारा. सात अंगे (डोके, दोन डोळे, प्राण, हृदयातील पोकळी, मलमूत्रस्थान, हात आणि पाय) असणारा, एकोणीस मुखांचा (पाच ज्ञानेंद्रिये, पाच कर्मेन्द्रिये, पाच प्राण, मन, चित्त, बुद्धि आणि अहंकार) स्थूल विषयांचा उपभोग घेणारा, वेदानर, असा हा पवित्र ॐकाराचा पहिला पाद आहे.

स्वप्नस्थानोऽन्तः प्रज्ञः सप्ताङ्ग एकोनविंशति मुखः ।
प्रविविक्तभुक्तैजसो द्वितीयः पादः ॥ ४ ॥

स्वप्न हे ज्याचे राहण्याचे ठिकाण आहे. केवळ अंतस्थितीचे ज्ञान असणारा, सप्तांग, एकोणीस मुखांचा, विषय कल्पनांचा, उपभोग घेणारा तैजस् असा हा त्याचा दुसरा पाद आहे.

यत्र सुप्तो न कंचन कामं कामयते न कंचन
स्वप्नं पश्यति तत्सुषुप्तम् ।
सुषुप्तस्थान एकीभूतः प्रज्ञानधन एवानन्दमयो
ह्यानन्वभुक् चेतोमुखः प्राज्ञस्तृतीयः पादः ॥ ५ ॥

ज्या निद्रावस्थेत जीवास कोणतीही इच्छा निर्माण होत नाही, त्याला कसलेही स्वप्न दिसत नाही ह्या स्थितीस सुषुप्ति असे म्हणतात. अशा सुषुप्तिस्थानी वास करणारा, एकरूप झालेला, संपूर्ण ज्ञानमय, आनंदमय. आनंदाचा भोग घेणारा, चेतस् हे ज्याचे मुख आहे असा जो प्राज्ञ तो या प्रणवाचा तृतीय चरण होय.

एष सर्वेश्वर एष सर्वज्ञ एषोऽन्तर्याम्येषयोनिः ।
सर्वस्य प्रभवाप्ययौ हि भूतानाम् ॥ ६ ॥

हा सर्वांचा स्वामी, सर्व जाणणारा, सर्वांच्या अंतरांत राहणारा, सर्वांचे उत्पत्तिस्थान, लयस्थान आणि आदि कारण देखील आहे.

शान्तः प्रज्ञं न बहिष्प्रज्ञं नोभयत्. प्रज्ञं न प्रज्ञानघनं न प्रज्ञं नाप्रज्ञम् ।
 अदृष्टमव्यवहार्यमग्राह्यमलक्षमचिन्त्यमव्यपदेश्यमेकात्मप्रत्ययसारं ।
 प्रपञ्चोपशमं शान्तम् शिवमद्वैतम् चतुर्थं मन्यन्ते स आत्मा
 स विज्ञेयः ॥ ७ ॥

तो अंतप्रज्ञ नाही, बहिष्प्रज्ञ नाही, दोन्ही प्रकारचाहि नाही, प्रज्ञानघन नाही, प्रज्ञ नाही. अप्रज्ञ नाही, तो अदृष्ट आहे, अव्यवहार्य आहे, अग्राह्य, लक्षण नसलेला, चितनाच्या पलीकडचा, निर्देश करता येणार नाही असा, एकपणाच्या अनुभवाची प्रत्यक्षता. प्रपंचोपशम, शान्त, मंगलप्रद, अनुपमेय असा याचा चौथा चरण आहे. त्यास (आत्म्यास) जाणून घेणे योग्य होय.

सोऽयमात्माध्यक्षरम् ॐकारोऽधिमात्रं पादा मात्राः ।

मात्राश्च पादा अकार उकार मकार इति ॥ ८ ॥

तो हा आत्मा अविनाशी वस्तूचा शास्ता आहे. ॐकार हा गणना करता येणार नाही असा अनून मोजता येणाऱ्या वस्तूचा नियंत्रक आहे. आत्म्याचे पाद म्हणजे या ॐकाराच्या मात्रा, आणि ॐकाराच्या मात्रा म्हणजेच आत्म्याचे चरण होत. अ-कार, उ-कार, आणि म-कार या ॐकाराच्या मात्रा आहेत.

जागरितस्थानो वैश्वानरोऽकारः प्रथमा मात्राऽऽप्तेः

आदिमत्त्वाद्वाप्नोति ह वै सर्वान् कामानाविश्च

भवति य एवं वेद ॥ ९ ॥

जागृतस्थानी अमणारा. वैश्वानर, अकार ही ॐकाराची पहिली मात्रा आहे. अकार सर्वव्यापक, सर्वप्रथम अधार आहे. म्हणून अकाराला पहिली मात्रा संबोधिले आहे. हे ज्ञान ज्याला जाले त्याला आवश्यक आणि इच्छित वस्तु प्राप्त होतात आणि तो सर्वमान्य होतो.

स्वप्नस्थानस्तैजस उकारो द्वितीया मात्रोत्कर्षादुभयत्वान्दोत्कर्षति
 ह वै ज्ञानसंतति समानश्च भवति नास्याब्रह्मवित्कुले भवति य
 एवं वेद ॥ १० ॥

स्वप्नस्थानांत वास करणारा, तैजस् असा हा उकार म्हणजे ॐकाराची दुसरी मात्रा आहे. तैजस् व उकार या दोन्ही मात्रा उत्कर्ष करणाऱ्या आहेत म्हणून एकरूप आहेत. अशी एकात्मता साधणारा साधक ज्ञानीचा उद्धार करतो. सर्वांशी प्रेमभावाने वागतो आणि त्याच्या कुळात ब्रह्म न जाणणारा कोणीहि उत्पन्न होत नाही.

पुष्पस्थानः प्राप्नो मकारतृतीया मात्रामितेरपीतेर्वा भिनोति
इ वा इदं सर्वमपीतिश्च भवति य एवं वेद ॥ ११ ॥

गाढ निद्रेचा स्वामी प्राज्ञ मकार ही प्रणवाची तिसरी मात्रा आहे. हारण होणेहि मानवंड आणि ॐकाराच्या प्रथम अवस्थेत प्रवेश करविणारे आहेत. याचे ज्ञान असणारा साधक सर्वज्ञ होतो.

मात्राश्चतुर्थोऽव्यवहार्यः प्रवचोपशमः शिवोऽद्वैत ।

वम् ॐकार आत्मैव सर्वज्ञात्मात्मनात्मानं य एवं वेद ॥ १२ ॥

मात्रा नसलेला, वाच्य वच्चारण न येणारा, प्रपंचाचा नाश करणारा अद्वितीय, तुर्यस्थित ज्ञानाचा आत्मा तोच ॐकार आहे. असे ज्ञान ज्या साधकाला झाले, तो आत्मरूपाने आत्म्यात त्वरित प्रवेश करतो.

ॐ सद्रं कर्म प्रणुयाम देवाः ।

भद्रं पर्येमाह्वयिष्याम जन्त्राः ॥

स्थिरैरङ्गैस्तु नृणां सस्तनूभिर्व्यशेम देवहितं यदायुः ॥

ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ।

संदर्भग्रंथ

(अ) संस्कृत -

- | | |
|-------------|----------------------------|
| १. उपनिषदें | २. जर्पटपञ्जरी |
| अमृतनाद | ३. पञ्चदशी |
| अथर्वशिर | ४. शिवस्वरोदय |
| ईशावास्य | ५. श्रीमत् भगवद्गीता |
| कठ | ६. श्रीमत् भागवत |
| कौटिल्य | ७. शारदातिलक |
| कौशिकी | ८. श्रीरामगीता |
| गर्भ | ९. सौन्दर्यलहरी |
| छांदोग्य | १०. सिद्धान्त कौमुदी |
| ध्यानविष्णु | ११. हिरण्यकेशी संख्याभाष्य |
| तेजल्लिखू | १२. हृदयोगप्रदीपिका |
| नारदसंहिता | १३. नारदभक्तिसूत्र |
| प्रश्न | |
| साङ्ख्य | |
| मंत्रेण | |
| मंत्रायणी | |
| योगसिद्ध | |
| हंस | |